

WORD

#50

APRIL 2016

AV UNGA, FÖR UNGA I UPPSALA – SEDAN 2006



Word 10/50 repost 36 sidor i repris från Words 10 år
Word 10/50 Emma och Aila gjorde Word redan när du gick på lågstadiet
Quiz Vilken epok är du?
Dauids stil Trashy men clean
Katte Vad händer egentligen?
Svett och blod Testpatrullen provar crossfit
Smip Kenyaresa väcker frågor
Recensioner PJ Harvey, Djungelboken, 3 spel som funkar i din skoldator

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

072 563 08 60



facebook.com/
 gillatidningenword



tidningenword.se

WORD #50

Tema: Jubileum

TESTPATRULL – Tilde testar crossfit.



12



5



MITTEN



10



9



14

#50
INNEHÅLL

- 5 **Word firar 10/50**
Emma och Aila var med förr.
- 6 **Quiz**
Vilken epok är du?
- 8 **Stil**
Fotbollsskor.
- 9 **Stil**
David.
- 10 **I stan**
Intervju med Kattes rektor.

MITTEN **Word 10 år/50 nummer**
Vi firar med 36 sidor repostat material.

- 12 **Testpatrullen**
Crossfit.
- 14 **Smip i Kenya**
Helia gjorde fältstudie.
- 17 **Kultur**
Farväl Kent.
- 18 **Kultur**
Film och musik.
- 19 **Kultur**
Spel.

3

Inte-missa-
händelser

Storcon

Tre dagar i Storvreta med japansk kultur. Livemusik, workshops, föreläsningar, cosplay, spel och what not.

► 1-3 juli, storcon.se

Konsert

Ensamkommande flyktingbarn tillsammans med domkyrkans körer sjunger sånger från världens hörn.

► 23:e maj, domkyrkan

Uppsala Rollervision
Bout Contest

Roller derby turnering – tänk dig 10 personer som åker runt på en bana iförda rullskridskor och försöker ha ihjäl varandra. Ungefär så, fast lite mindre dramatiskt.

► 10 maj, uppsalarollerderby.se

90-talet är inte igår

EN NY PERSONLIG favorit är Facebooksidan *Svenska 90-talister*. Utöver de vanliga 90-talsskänten och tv-serierna lyfter den även fram ikoniska låtar från *Lilla Melodifestivalen* som målar upp bilden av det typiska svenska 90-talet.

Många Facebookanvändare har kvickt påpekat i kommentarerna att 90-talisterna inte har monopol på dessa kulturfavoriter, vissa av programmen började sändas tidigt 2000-tal. Vilket fått genmålet av andra användare att de flesta 90-talister var bebisar när det begav sig, därför kan de omöjligen komma ihåg sanna 90-talsklassiker. Det de uppskattar och minns är egentligen 2000-talet.

Det mesta skräp som sändes på 90-talet går fortfarande i repris på tv så att 10-talister än idag kan uppskatta tidlös underhållning. Troligen kommer min barndoms tv-serier fortfarande visas i framtiden för mina barn, det är skönheten med public service!

TANKEN SLOG MIG häromdagen att det här är sista terminen som gymnasisterna utgörs av 90-talister, i höst öppnas portarna för de ökända dubbelnollorna och millennialerna erövrar gymnasieplanet.

Hur kommer det sig att 90-tals-kulturen vuxit sig så stor och varför spelar klassificeringen så stor roll? Jag tror att det handlar om folks omedvetna vilja att stämpla saker. Det är därför 90-talsskänten aldrig blir gamla utan förblir lika retrocoola som ever.

När de flesta tänker 90-tal så tänker de oftast 10 år tillbaks i tiden och får en chock då de inser att decenniet tillbaka var 2006. Trots att det inom mig känns som att inga stora förändringar har skett de närmaste dekaderna, så är det klart att tekniken har utvecklats.

NEJ, VI HAR ännu inte flygande bilar eller koloniserat rymden som i *Star Wars*, men de mest vardagliga saker som vi är beroende av idag var ändå otänkbara för några år sedan; VHS byttes ut till dvd 1997, Facebook kom till världen 2004, den första Iphonen föddes 2007, studenternas bästa vän Wikipedia lanserades 2001 men Google blev inte tillgängligt för allmänheten förrän så sent som 2004.

Även om det ibland känns som 10 år tillbaka var igår, så har hela vår vardag sakta förändrats.



Tanya Al-Khafaf

om nostalgi

Det här är sista terminen som gymnasisterna utgörs av 90-talister.

KONTAKT

word@tidningenword.se
 Barnombudsmannen i Uppsala
 Drottninggatan 8, 753 10 Uppsala
 018-700 99 30, sms: 072 563 08 60
 www.tidningenword.se

ANSVARIG UTGIVARE

Lisa Skiöld
 lisa.skiold@boiu.se

CHEFREDAKTÖRER

Fredrik Norén
 word@tidningenword.se

LAYOUT, ANNONSER

Mårten Markne
 marten@tidningenword.se

INFORMATION FÖR ANNONSÖRER

tidningenword.se/annons

TRYCK

Wikströms

ISSN

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 i Uppsala kommun.

MILJÖ: Word trycks av Wikströms som är Svanen-certifierat. Papperet uppfyller Svanens kriterier. Pappersproduktionen är klimatkomparerad.


Redaktion

Skulle du välja att åka bakåt eller framåt i tiden?


FREDRIK NORÉN
CHEFREDAKTÖR
fredrik@tidningenword.se

Framåt! Jag vet ju redan vad som hände igår.


ALVAR JOHANSSON
KULTURREDAKTÖR
alvar@tidningenword.se

Bakåt. Jag hann ju aldrig få krama Prince.


ALMA LEIJONHUFVUD
Skribent

Långt fram. Då hade jag testat hur det är att inte behöva tänka på världens problem, jag hoppas att de är lösta då.


ALVA SPÅNGBERG
Skribent

Mot oändligheten, och vidare!


AMANDA SÖDERBERG
Fotograf

Framåt.


BENJAMIN SPÖRNDLY
Skribent

Bakåt! Skulle jag haft samma samlarintressen 1990 så hade jag varit miljardär nu.


SASKIA HEINEMANN
Skribent

Bakåt för att jag är en hipsterjävvel och det blir nog inte bättre i framtiden med tanke på global uppvärmning och kapitalism.


TANYA AL-KHAFAF
Skribent

Bakåt. Jag är en gammal själ som tycker att allt var bättre förr.


TYRA JOHANSSON
Skribent

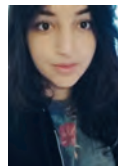
Bakåt. Långt bakåt. Vill gå runt naken i djungeln.


SIRAN CHENG
Skribent

Framåt! Förhoppningsvis kan man teleportera sig då och tänk er frukost i Tokyo, lunch i Nairobi och middag i Rio. Liksom??


TILDE PENNHAGE
Skribent

Framåt, för att jag alltid tänker på vad som ska hända då och aldrig kan leva i nuet.


PANY GHADERI
Skribent

Varken eller! Lev i nuet föffan.

DESSUTOM MEDVERKAR I DETTA NUMMER

Tracy Kintu, Helia Hole


Guldregn över Alvar

VÅR KULTURREDAKTÖR Alvar Johansson är en av fem unga som får kommunens stipendium "Unga skrivare." Ära i mängd och 500 guldtior består stipendiet av.

Läs Alvars texter på spelsajten loading.se och på tidningenword.se

Rättelse #49

Sam i förra numret heter Sadeghi i efternamn. Ju. Läs intervjun på

► tidningenword.se/49

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

Mejla word@tidningenword.se

Smsa 072 563 08 60

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

Word firar 10 år och 50 nummer – samtidigt! Emma och Aila var med i redaktionen när du gick på lågstadiet. Läs vad de säger om sin tid på Word.

Text: Saskia Heinemann
Foto: Ivain Martinossi (Aila),
Jonas Larsson (Emma)

Hej, gamla Wordare!



Emma med kuddar som hon designat.

EMMA NILSSON

Bor: Stockholm.

Gör: pluggar textil på Konstfack.

Gymnasium: GUC.

På Word: #11–#21
(2008–2010).

Det var en superrolig tid som jag ofta refererar till i olika sammanhang.

Varför gick du med i Word i gymnasiet?

– Jag hade tänkt bli fotograf och ville arbeta med riktiga uppdrag. Sen utvecklades mitt arbete med Word och jag fick även illustrerade samt skriva tester, recensioner och krönikor.

Har det hjälpt dig med något, till exempel att utveckla din konst?

– Jag har lärt mig vikten av att hålla sina deadlines och att det är roligt att arbeta ihop med andra människor.

Har Word påverkat dig på något annat sätt?

– Det var en superrolig tid som jag ofta refererar till i olika sammanhang, så det har gett mig många bra erfarenheter.

Tycker du andra borde gå med och varför?

– Absolut! Om man är intresserad av att lära sig att arbeta med andra utanför sin egen kreativa bubbla.

Vad var det bästa?

– Att skriva och illustrera för test-sidan!



Aila på roller derby-banan.

AILA

STEFANSDOTTER-FRANCK

Bor: Flogsta, Uppsala.

Gör: Programledare på P4 Uppland och bartender.

Gymnasium: Lundellska.

På Word: #11–#16
(2008–2009).

Varför gick du med i Word i gymnasiet?

– Jag gick naturmedia på Skrapan eftersom jag ville bli journalist. Att tillhöra en riktig tidningsredaktion var drömmen, så jag gick med så fort jag hörde talas om Word.

Har det hjälpt dig utvecklas på något vis?

– Det gjorde mig till en vassare skribent, en snitsigare rubriksättare och en bättre redigerare.

Hur har det påverkat dig?

– Tiden på Word är definitivt en anledning till att jag jobbar

som journalist på Sveriges Radio idag.

Tycker du andra borde gå med och varför?

– Ja! Du får ett kreativt sammanhang och nya vänner, som gillar att hålla på med samma saker som du.

Vad var det du gillade med att jobba på Word?

– Att spåna idéer och göra dem till verklighet i ett proffsigt magasin. Och variationen, där jag kunde recensera skivor i ett nummer, skriva om en pensionsvardag i nästa nummer och göra glasstest i ett tredje.

Tiden på Word är definitivt en anledning till att jag jobbar som journalist på Sveriges Radio idag.



10/50

Med det här numret firar Word 10 år och 50 nummer.

I mitten av tidningen hittar du 36 sidor repostat material från #1–#49.

Behöver du hjälp?

www.boiu.se/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 att det är svårt att veta vem du ska vända dig till, så kan du alltid börja med att höra av dig till oss!

Om du behöver hjälp

Barnombudsmannen i Uppsala

Ring 018 700 99 30

Mejla boiu@boiu.se

www.boiu.se/hjalp

Vilken epok

Text Alma Leijonhufvud

Illustration Pany Ghaderi

Du kanske tror att du är 90-talist. Men i själva verket är det möjligt att du hör till något helt annat decennium. Med Words quiz får du veta hur det ligger till.

Vilken mat beställer du på restaurang?

- A. Plankstek med gratinerat potatismos.
- B. Veganska rödbetsbiffar eller falafel funkar fint.
- C. Alltid min favorit, jag vet vad jag vill ha.
- D. Allt som är starkt och kryddigt.

Vilken låt lyssnar du mest på?

- A. Dancing queen - ABBA
- B. Poker face - Lady Gaga
- C. I'm so excited - Pointer sisters
- D. Smells like teen spirit - Nirvana

Vilka jeans föredrar du?

- A. Bootcut och utsvängda!
- B. Slimfit, kan det bli för tight?
- C. Hög midja och vida ben, en klassisk modell.
- D. Jeans som inte sitter för hårt, ju större desto bättre!

Vad tittar du mest på på TV?

- A. Det som verkar intressant, jag är inte så kräsen när det gäller TV.
- B. Vadå TV? Jag tittar på min iPad eller datorn. Vem orkar med reklamen och att inte få välja när och var någonting ska ses?
- C. Serier, Orange is the new black, Grey's anatomy och Breaking bad. Allt du kan tänka dig!
- D. Realityserier och dokusåpor.

På väggarna i ditt hem sitter det...

- A. Mycket blommiga tapeter. Jag gillar starka färger i mitt hem. Där jag bor finns det både färgglada ramar och skulpturer.
- B. Det sitter inte mycket på väggarna, jag gillar ljusa, fräscha och vita ytor.
- C. Där jag bor finns både valv och keramikskulpturer, jag fokuserar mer på hur väggarna är byggda än hur de ser ut.
- D. Jag har valt att fokusera på inredningen istället för väggarna. Jag gillar annorlunda och bekväma möbler.

Vad klarar du dig inte utan?

- A. Vänner och gemenskap, det är tråkigt att vara ensam.
- B. Jag klarar mig bra på egen hand men gillar att stänga världen ute med hörlurar.
- C. Utan tvekan mina prylar, allt från mobilen till gymkortet. Jag måste ha mina grejer.
- D. Min väska, där i har jag nästan hela mitt liv.

Gör quizzet
på vår nya
hemsida!
tidningenword.se

är du?



A 70-tals hippien

Du är en angelägen och engagerad person som vet vad du vill och vad du tycker. Med din egna och färgstarka stil är hela du en throwback till det färgstarka sjuttioalet.

Du kämpar för dina och andras rättigheter och är en upprorisk fri individ.



B 2000 kid

Du håller dig ständigt uppkopplad med iPad, dator eller mobil och missar inte en notis. Som en riktig 2000-tals individ har du starka åsikter och en bestämd idé om hur ditt liv ska vara och vad du har för önskemål.

Du följer med i vad som är inne och vet vad det är som gäller just nu.



C Pastell karriärsten med 80tals stil

Du har lagt hippiestilen bakom dig och fokuserar nu på karriär och utbildning. Som en typisk person med den träningsgalna åttiotalsstilen vet du vad du behöver och kämpar för att uppnå dina mål.

Du är fokuserad på dina drömmar och gillar dina prylar nästan lika mycket som framgång och bekräftelse.



D Tufft nittioal

Du är en modemedveten och nyfiken människa som inte backar för nya saker. Du kanske till och med testat jeansoverall och metallic-kjolar.

Med din coola nittiotalsstil tar du världen med storm och lyckas kombinera en rockig attityd med dina egna intressen.

ANNONS

EXPERIENCE KHIRAD ERFARENHET TEMEKURO EXPERIENCIA



Erfarenhet handlar inte om ålder. En ung person kan ha upplevt mycket som en äldre person inte ens varit i närheten av. Jag växte upp i krig, kom hit som flykting, har jobbat som kock, bildat familj, startat företag och är nu kommunalråd. Varje dag bär jag med mig mina erfarenheter, som har format mig. **Jag är socialliberal.**

VEM ÄR DU? VILKA ERFARENHETER KAN DU BIDRA MED? JAG SOM POLITIKER VILL GÄRNA LYSSNA PÅ DIG. HÖR AV DIG!

MOHAMAD HASSAN
Kommunalråd Liberalerna

Besöksadress:
Stationsgatan 12

E-post:
mohamad.hassan@
uppsala.se
Mobil: 073-048 89 23

Twitter & Instagram:
@uppsala_hassan
Facebook: Mohamad Hassan



Gör något nytt

DU VET NÄR folk pratar om att de har garderoberna fulla, men har ändå inget att ha på sig, eller så känner kanske du också?

Det är ett ganska känt fenomen och jag undrar om det inte har varit så hela tiden. Att man tröttnar på alla kläder man äger, att det inte går att variera mer och att man går runt i samma kläder varje dag.

Att någon sen kommer på att sätta tofsar på benen eller gå till skolan i foppatofflor - bara för att göra något nytt - är det egentligen så konstigt? Är det inte så trender blir till?

FÖRRA HÖSTEN BAR alla a-linje formade jeanskjolar med knappar i fram och alla hade tighta åtsittande plasthalsband runt halsen. En kombination som inte alls är lika trendig och vanlig längre. Varför är det inte lika vanligt längre? Hur blir något så coolt ocoolt på några månader?

Liksom vad hände med alla som bar JNCO jeans på 90-talet egentligen? Idag skulle man bli totalt utskrattad om man gick runt med sådana jeans, hur kan det blir så annorlunda på några år?

SÅ GÖR NÅGOT nytt. Gå inte och köp samma plagg som varenda en har. Sätt på dig något nytt istället, sy något eget eller sätt på sig kläderna bakochfram. Ta fram mormors gardiner och sätt på dig det nästa gång du inte har något att ha på dig och du kommer bli den största trendstartaren. Jag lovar.



Siran Cheng

om alternativet till att köpa nytt



Modepylen

Fotbollsskor

Fotboll sägs vara världens simplaste sport. Det krävs ju bara en boll! Krävs det bara en boll, måste den alltså vara rätt billig också. Men de som tänker så, glömmer något viktigt: skorna. Ajdå, skorna...

Till att börja med slits fotbollsskor ut efter en halv säsong. Att de dessutom är sjukt obekväma, då skorna saknar sulor, gör det inte bättre. Hur billiga skorna än är, kommer minst två par behöva införskaffas per år. Sen kan man ju även spela innefotboll, futsal, eller fotboll på konstgräs, vilket kräver grövre dobbbar...

Skorna är inte billiga heller. Vill du ha de senaste skorna, dem som proffsen har, kan du i Sverige få betala över 2000 kr. Vill du avancera vidare i tekniken, kommer det krävas ett par tusenlappar till för ett par värstingar utan snörning.

Skoindustrin sägs omsätta miljardbelopp varje år, men vad gör inte föräldrar för att låta sina barn få spela som Messi?

Fotbollsskor

är skor att ha vid fotbollsspelande. Vanligaste sorterna är grässkor, grusskor och konstgrässkor. Dessutom finns inomhusskor för den som spelar fotboll inomhus.

Text: Alva Spångberg
Foto: Adidas

Modeprofilen: Prince

PRINCE HAR NYSS gått bort. Kanske hade du inte så bra koll på vem det var. En musiker som gjorde låten *Purple rain*, typ så.

Det stämmer, men Prince var inte bara artist, han var också en stor provokatör och banbrytande stilikon under tidigt 80-tal. Han spelade ogenerat på sex och sin egen feminina sida i sina kreationer. Gör en bildsökning på Prince och du kommer se vad jag menar.

Luden bröstorg insvept i glittrande lila skjorta med uringning till naveln, ett självklart val för nästan ingen. Han var inte först

med att sticka ut, men det är inte många provokationer som håller i längden.

PRINCE DEBUTERADE

1978 och var aktiv artist ända fram till sin död. Minst en tillverkare av hårgelé lär gå i konkurs nu när Prince har gått ur tiden.



David Llerena

Ålder: 14

Skola: Raoul Wallenberg skolan

Beskriv din stil.

– Slitet och trashy, men ändå clean på något sätt. Om någon skulle fråga vart det är inspirerat ifrån skulle det nog vara New York.

Är det något plagg som är extra betydelsefullt för din stil?

– Jackor. Det lägger till något, kan funka för att dölja något fult under haha. Det är snygg detalj som bidrar med det extra. Med endast en hoodie eller annan tjocktröja så blir det lätt tråkigt. Det höjer helheten.

Vem inspirerar dig och din stil?

– Mac DeMarco och andra stilfulla indieband.

Streetwear eller high fashion?

– High fashion, typ Acne studios.

Var köper du helst dina kläder?

– Acne, Weekday och något bandmerch.

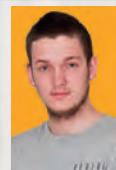
Stil

Av: Benjamin Spörndly



Vad händer på K

Katedralskolan är en av Uppsalas två största gymnasieskolor. Nu skärs det ned i program, och en omfattande renovering drar ut på tiden. Samtidigt upplever elever att informationen brister. Word har pratat med rektor.



BENJAMIN SPÖRNDLY
Text



SIRAN CHENG
Text



SASKIA HEINEMANN
Text

V

arför har så många individuella val tagits bort? – Varje elev genererar

en peng och man räknar numera med att det ska finnas 33 elever i varje klass, även i de individuella valen. Det är omöjligt att ha 33 elever där så vi startar ändå kurser med färre än så. När vi har tagit bort kurser beror det på att för få har sökt. Ni hade ett möte och vi elever

fick inte veta vad som har skett. Varför finns det ingen kommunikation?

– Ja, egentligen tror jag att det här handlar om ryktesspridning. Ibland kan det vara en diskussion där vi inte är klara med ett beslut och då måste vi först kunna prata om det. Kan ni inte då berätta att ni inte vet?

– Ja, det kanske man ska göra, men ni har ju gjort era val och så är det ett litet mellanrum och sen ska ni få veta vilka kurser som blir av. Jag vet inte riktigt vad som är det besvärliga här. Vi har hört att det ska bli

större klasser, kommer det att bli svårare för lärare att fokusera på eleverna?

– Ja, det skulle vara bättre med mindre klasser. Men det är många som söker. Hur tror du att nedskärningarna kommer att påverka utbildningen?

– Jag tror att det kommer fortsätta vara bra på Katedralskolan, jag tycker att vi har en bra struktur för våra utbildningar, vi har bra lärare – lärare är liksom kärnan för att det ska bli bra utbildning. När jag pratar med elever så tycker dem i stort att det är bra, sen kan det vara ibland någon naturligtvis

som tycker att vi två går inte ihop.

Ser du några långsiktiga effekter?

– Inte just nu. Det här är ju det mest konkreta och tydliga, att det blir färre kurser som startas. Vi har även hört att tidskriftsrummet ska tas bort och bli ett klassrum.

– Ja, det är det troliga. Jag



Helene Lagerqvist,
rektor

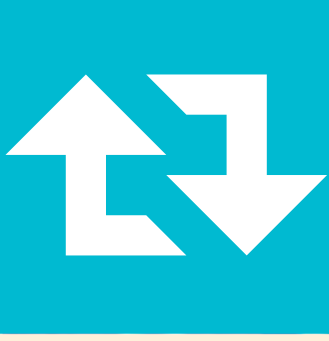
Fortsättning efter de gultonade sidorna. ▶

WORD

WORD

Blast from the past

Vi repostar det bästa av 10 år



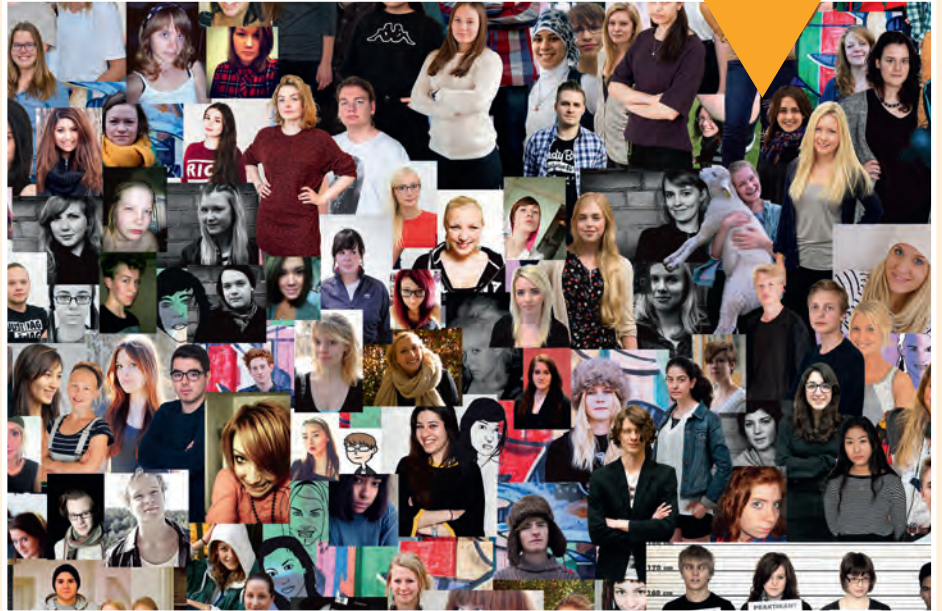
WORD #XL

Tema: 10 år/50 nr

OMSLAGET visar nästan alla som varit med i Wordredaktionen, från den först rekryterade (Caroline Carlfors), till den senast rekryterade (Tyra Johansson). Före #14 listade vi inte hela redaktionen på bild, och vissa som var med i #1–#13 saknas därför. *Snyft.*



4



18



35



14



14



30



15



28



16

Bild: Alva Hartman och Julia Molin, Felix Lideri, Maria Libert, Mattias Ahlm/SR, Dena Eidi, Elna Pankke, Elisabet Frang, Mattias Bardå/Kanal 5

#50 INNEHÅLL REPOST

- 4 **Quiz**
Tre quiz från förr.
- 8 **Sex**
Porrpåverkad?
- 10 **Sex**
Guide till rätt p-medel.
- 12 **Intervju**
Filip och Fredrik.
- 14 **Kändisar**
Veronica Maggio med fler.
- 16 **Band**
Unga Uppsalaartister i repris.
- 18 **Testpatrullen rycker ut**
Poledance, natur och läskigheter.
- 20 **Skolmat – bäst och sämst**
Word testade skolmaten.
- 25 **Bla bla bla**
Politikfavoriter.
- 26 **Påverka**
Så förändrar du samhället.
- 28 **Fattigast i Europa**
Nico och Ginoviva tigger.
- 30 **Krönikor**
Några av de bästa krönikorna.
- 33 **I stan**
Kiss och blommiga byxor.
- 34 **Kultur: betygstopparna**
Vi listar det bästa som hänt.
- 35 **Tecknat**
Kevin och hans flickvän.

I begynnelsen var Word

I 3167 DAGAR satt jag med i den bergochdalbana som är redaktionsarbetet på Word. Det gick upp, ner, i loop och ökade emellanåt tempot fast det inte borde vara möjligt.

Bergochdalbaneliknelsen håller kanske inte: i en bergochdalbana bör alla sitta stilla, men det finaste med Words redaktionsarbete är att folk klättrar omkring. Den 16-åring som i ett halvår suttit rätt tyst på mötena tar plötsligt för sig när de tongivande tagit studenten, en fotograf visar sig dessutom kunna skriva, chefredaktören måste ena numret leda arbetet i detalj, för att nästa gång kunna luta sig tillbaka medan redaktionen formligen spottar ur sig material.

Ibland kliver någon dessutom av i farten, ramlar ur eller blir i extremt sällsynta fall utknuffad. Så, nej, det är kanske inte your average bergochdalbana.

DET DU NU har framför dig är en återpublicering av något av det bästa som redaktionen åstadkommit under åren.

Det svåraste har inte varit att välja, utan att välja bort. Här finns ändå en hel del som jag är riktigt stolt över att ha medverkat till – och som jag hoppas att skribenterna, fotograferna och illustratörerna kan se tillbaka på med samma stolthet.

För Word är något unikt: ett lokalt ungdomsmagasin på papper, som funnits i tio år och hela tiden varit de ungas egen produkt, från idékläckning till utdelning.

(Så klart har jag och mina efterträdare – först Karin och Fredrik, och nu bara Fredrik – bestämt en del också, annars hade det i ärlighetens namn inte blivit 50 nummer. Exempelvis är det jag som bestämt vad som ska vara med i de följande sidornas återblick).

Allt i det återpublicerade materialet stämmer inte med dagens verklighet, skribenterna kanske har ändrat åsikt och en del referenser har säkert gått helt ur tiden. Allt är ändå värt att läsa en andra – och för de flesta som håller den här papperstidningen i handen, första – gång.

NÄR FÖRSTA NUMRET kom ut skrev redaktionen att Word var en ”tidning som funkar under en kort rast men som man också kan läsa hela vägen på bussen hem.” Då hette våra konkurrenter om gymnasieelevernas medietid *Chili*, *Piraja* och *Glöd*. Nu heter de helt andra saker och finns sällan på papper – men i likhet med Word skapas de ofta av sina användare.

Vi tror fortfarande att det finns anledning att göra ett lokalt, ungdomsstyrt magasin.

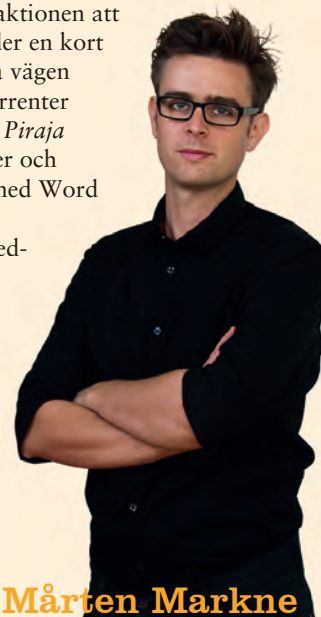
Visst vill du vara med och forma de kommande årens Word? Klart du vill.



Repost

Allt på de här gultonade sidorna är återvunnet material från Words 10 år. Repost-ikonen talar om vilket nummer som inslaget kommer från.

Att vi återpublicerar innebär att en del av det som står i texterna kan vara inaktuellt. Om skillnaderna är viktiga så har vi skrivit det vid repost-ikonen på respektive sida.



Mårten Markne
Chefredaktör #1–#42

Word är något unikt: ett lokalt ungdomsmagasin som hela tiden varit de ungas egen produkt.

Superquiz

Wordquizet har varit med sedan dag 1 och har alltid varit ett av de mest populära inslagen i tidningen. Här bjuder vi på hela tre quiz i repris.



Vilken skolavslutningsapa är du?

Text och illustration: Josefin Sivertsson

En ny morgon gryr och du vaknar upp till årets skolavslutning. Hur börjar du din dag?

- A.** Jag går upp lite tidigare för att hinna binda en krans av blommor - jag plockade i går kväll.
- B.** Tar en morgonöl medan jag drar fingrarna genom håret och styr upp en look som ser lite lagom casual och avslappnad ut.
- C.** Stylar mig grundligt, går igenom hela garderoben två gånger och sliter mitt hår över att allt ser fel ut, fixar till frillan igen och tigger skjuts till skolan för att håret inte ska förstöras. Jag hinner inte äta frukost men det gör inget för då ser jag smalare ut.
- D.** Snoozar hela morgonen och hasar till skolan i pyjamas.

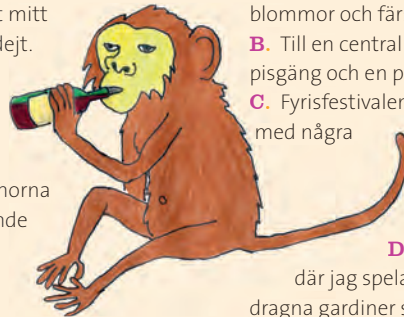
Vad gör du på kvällen?

- A.** Går till Fett mé kärlek och sjunger karaoke. Sen går jag hem och tittar på Änglagård och kårar grillad korv.
- B.** Parkfest, hemmafest eller krogen. Så länge det stavas PARTY så är jag på!
- C.** Spelar kubb och dricker cider.

D. Ringer en kompis och tittar på film. Somnar framför teven.

Du är "lookin' for some loove". Hur raggar du?

- A.** Håller mig i närheten och hopas på att bli sedd när jag får mina polare att asgarva.
- B.** Hugger tag i någon bara. Tjej eller kille spelar ingen roll.
- C.** Bjuder ut mitt span på en dejt. Middag, bio och choklad - de vanliga dejtingklyschorna är ett vinnande koncept.
- D.** Ragga? I don't need poison girls, I've got my mother!



I skolan...

- A.** ... minglar jag med lärarna och sjunger med i psalmen.
- B.** ... spetsar jag saften som lärarna bjuder på.
- C.** ... fnissar jag med gänget, kommenterar vad andra har på sig och stylar mig på toa

för att försäkra mig om att frisyren håller formen.

D. ... väger jag på stolen och testar hur långt bak man kan luta sig utan att den välter.

Efter några timmar i en svettig aula släpps du ut i friheten. Vart går du?

- A.** Hem, där släkten väntar med blommor och färska jordgubbar.
- B.** Till en central park med ett kompiggång och en platta öl eller två.
- C.** Fyrisfestivalen, där jag flanerar med några kompisar, kårar glass/socker-vadd och åker någon karusell.
- D.** Hem till datorn där jag spelar spel med fördragna gardiner så att inte solljuset försämrar bildkvaliteten.

Vad ska du göra i sommar?

- A.** Jag trivs bäst i öppna landskap. Nära havet vill jag bo några månader om året så att själen kan få ro.
- B.** Hultsfredsfestivalen och Augustibuller är ju givna sommaraktiviteter. Ölpicknick på stranden likaså.
- C.** Charterresa till någon varm

semesterort där jag steker på stranden om dagarna och dansar på borden på någon lokal taverna med rödbrända semestersvenskar i jessandalar/flip flops och solskärm om kvällarna.

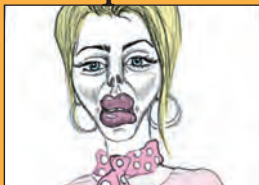
D. Nintendo wii är kul har jag hört. Jag ska inte göra något speciellt. Hänga med polarna och kanske följa med pären till sommarstugan och läsa Fantomen i några dagar.

Vilken musik snurrar i din skivspelare?

- A.** Ulf Lundell, Cornelis Vreeswijk och Thomas Ledin.
- B.** Djingis Khan, Mötley Crües hits, Pitbullfarm och Who's got the crack?
- C.** Absolute music, valfri Idol-artist och Death Cab for Cutie.
- D.** Shnappi, das kleine Krokodil, musiken från Zelda och kanske Mad world med Gay Jules.

Repris från #8. tidningenword.se/8

Fler quiz!



Du är dina åsikter - vem är du?

Text: Caroline Carlfors, Sofia Jansson • Ill: Julia Molin
► tidningenword.se/6



Vem fantiserar du om?

Text: Virve Ivarsson
Ill: Julia Laapotti
► tidningenword.se/13



Vilken Uppsalabo är du?

Text: Lovisa Mattsson
Ill: Felix Wahlström
► tidningenword.se/45



Vilken sextställning är du?

Text och ill: Pany Ghaderi
► tidningenword.se/48



Vad skrattar du åt?

Text och ill: Pany Ghaderi
► tidningenword.se/49



E
Gonorré

Bara för att du är så pryd och godtrogen åker du på gonorré från en player i Dalarna. Det är allt.

A
Alla-för-en-andan

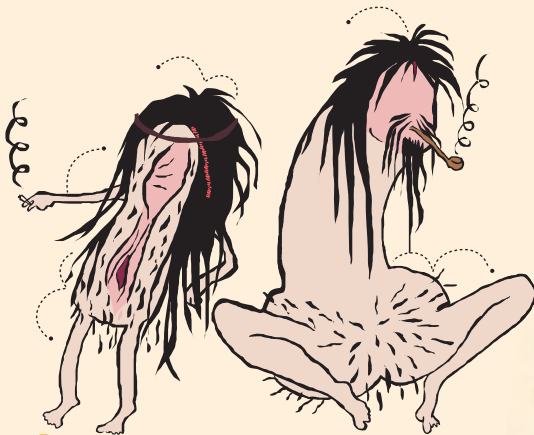
Att tillhöra en gemenskap är prio ett i ditt liv! Du är som född till att ingå i ett lag. Med dina lagmedlemmar upplever du allt, mot- som medgångar. Ni lämnar aldrig någon utanför, alla är ni för en, liksom.

Om ni inte är på cup tillsammans över helgen, ja då äter ni middagar tillsammans eller hittar på något annat kul. Är man tillsammans är ingenting omöjligt, ni skulle nog kunna rädda världen. Glöm inte bort att du, som ensam och stark individ, också existerar. Ibland kan inte alltid lagkamraterna vara med, då måste du klara och tro på dig själv. Utan att få panikanfall.

B
The self independent one

Här har vi definitionen av någon som är strong and independent! Det råder inga tvivel om att du självmant tar dig till och från träningen med egen viljekraft. Där ligger fokuset på dig, dig själv och du. Finns något annat, ens? Naej, skulle du nog ge som svar. Du är din egen lagmedlem, din egen coach och din egen motståndare.

Kanske kan det vara en gnuttu naivt att utesluta all gemenskap. Glöm inte att det faktiskt finns andra, som kan hjälpa till och som kan göra tillvaron kalaskul.



B
Flatlöss

Du fick dina flatlöss från Glada Solens dreads när denne gick ner på dig. Trots att dessa parasiter delar många av dina egenskaper borde du nog styra upp din hygien en aning. Love, peace and understanding – men dra gränsen vid flatlöss.

D
Hiv

Sorgligt men sant: snygga människor har också könssjukdomar. Och det kanske inte är helt briljant att slira runt oskyddad i Thailand. Nu finns det ingen återvändo, hur vältrimmat ditt kön än må vara.



C
Kondylom

Du borde verkligen styra upp din hygien! Då skulle du förstå att vårtorna på könet inte bara var detta organs förmåga att absorbera din dräggiga personlighet. Klipp dig och skaffa dig ett jobb!

A
Klamydia

Trots att det känns jävligt speciellt att vara indie, är du likt klamydia inte så ovanlig. I dina kretsar är klamydia lika frekvent som Cheap Monday-jeans. Eftersom klamydia inte ens behöver märkas är du helt ovetande om vad du drar runt på. Tänk på att man inte förlorar pop-poäng på att besöka ungdomsmottagningen!



C Kulträningurell

Du, spirituella själ. Att hålla på med "mainstreamsporter" är ingenting för dig. Rörelse blandat med kultur är det som gäller. Att testa på nya danser och sporter från alla världens hörn är världens grej!

Du ifrågasätter jämt och ständigt varför sportvärlden domineras av fotboll, lite mer fotboll, lite friidrott och ännu mer fotboll. Kan det inte handla om discogolf, teakwando, vattenpolo eller något annat häftigt? tänker du.

Glöm inte att det faktiskt ligger mycket bortglömd kultur i de så kallade "mainstreamsporterna" du fruktar. Försök att skapa förståelse för varför fotboll faktiskt är så poppis, det kanske inte är så pjåkigt trots allt.



D Moder Jords BFF

Moder naturens allra bästa vän, typ. Ja, det är du det. Naturen har mycket att lära ut, på alla plan. Där utför du allra helst din träning. Att andas in den friska luften i skogen ... Det är magiskt och det rensar dessutom hjärnan. Du planerar redan sommarlovet's resa; fjällvandring i vackra Abisko.

En charterresa skulle liksom aldrig falla dig in. Äventyr i naturen är det som gäller.

Men även om naturen är din favoritplats så kan staden vara att föredra ibland. Det är kanske mer praktiskt att hänga i staden, eller...? Och du vill väl inte sluta som huvudpersonen i filmen Into the wild?



B Partyapan

Du ser skolavslutningen som en anledning att festa loss och det gör du med råge.

Du är ett riktigt partydjur och ditt sista minne från förra året är en närgångna gräsmatta och lukten av spya. Det som verkligen kan förstöra den här dagen är om polisen skulle komma på att du dricker drycker med starkare alkoholhalt än 3,5 procent på allmän plats och håller ut dem.



D Chill-schimpansen

Du är inte vad man skulle kalla en aktiv ungdom. Sommarlovet är för dig bara ytterligare en anledning att inte gå till skolan. Om du mot förmodan skulle börja skolan till hösten med en mörkare hudton beror det snarare på skärnbränna än att du utsatt dig för tillförsel av D-vitamin.



C Glidargorillan

För dig är skolavslutningen ett utmärkt tillfälle att fylla garderoben ännu mer och klä upp dig lite extra. Det värsta som skulle kunna hända en sån här dag är att du drabbas av en dålig hårdag. Dina vänner har resurserna och välviljan att hjälpa dig ur situationen men risken finns att din självkänsla är förstörd för resten av dagen. Se det positivt, efter en åktur med Batman eller Extreme på Fyrisfestivalen ser ingen perfekt ut i håret.



A Gullegullgibbon

Du tycker att skolavslutningen är en harmonisk tradition och vill fira lugnt som en kontrast mot skolhetsen.

Det värsta som kan hända den här dagen är att det regnar så att alla aktiviteter måste flyttas inomhus. Du ser inget värde i att

supa dig full den här dagen utan vill minnas allt så att du kan berätta för dina barnbarn hur det luktade och kändes denna frihetens dag.



Let's talk about s

Med jämna mellanrum har vi återkommit till det här med sex.

Nu gör vi det igen.

Sexspalten



Om målet är att komma, vilket det verkar vara för dig, så kan det faktiskt vara bra att du testat dig fram själv.

Adam svarar på läsarfråga.
 ► tidningenword.se/29

Kompis Carro, Vänner Anna, Supersnälla Sexsara, Adam, Hannah – Words sexrådgivare har haft många namn.

För att läsa deras kloka svar – alltid som kompis, aldrig i rollen som "expert" – klicka dig fram till tidningenword.se/ och efter snedstreckat skriver du siffran på numret du är intresserad av.

Caroline Carlfors: #6–10

Anna Dormer

Volgsten: #11–13

Sara Louise

Lindgren: #22–24

Hannah Ax: #25–26

Adam Hultén: #27–32

Sex med samtycke spelar roll



Ingen ska behöva må dåligt över sex.

Siran Cheng

tidningenword.se/48

HON TITTAR PÅ mig som om hon nästan ska gå sönder. Blicken hänger kvar. Jag ser att det gör så ont.

Hon berättar om en person som hon har träffat. Hon vet inte om han gillar eller inte gillar henne. Hon vet inte heller om hon gillar honom eller inte. Hon vet inte än, men det spelar inte någon roll. Det spelar faktiskt ingen som helst roll.

De hade träffats i några dagar, eller kanske några veckor. Det spelar egentligen ingen roll det heller. De hade sex. Fast hon egentligen inte ville.

DET SPELAR ROLL. Det spelar så jävla mycket roll.

Sex handlar om njutning och om att vara med någon som man älskar. Ingen ska behöva må dåligt över att en inte vågar eller över att det inte spelar någon roll om du säger nej eller stop. Ingen ska behöva må dåligt över sex.

Det är din egen kropp, och du gör vad du vill. Du sätter dina egna gränser. Ingen annan ska sätta dina gränser åt dig.

Det är aldrig ditt fel, men våga säga emot. Våga göra det.

98 000 PERSONER mellan 16 och 79 år blev utsatta för sexualbrott under 2013. Alla är grundade på att ena parten inte vill ingå i samlag.

Ett nej innan, under eller efter sex, är ett nej. Ett nej är alltid ett nej.

ETT NEJ SPELAR roll. Ett nej från din partner spelar roll. Ett nej från dig spelar roll.

Sex med samtycke spelar roll.

Min kära, kära hora



Jag undrar: varför tycker du så? Vad är det fula i "fitta"?

Alva Hartman

tidningenword.se/9

NÄR DE SKRIKER "fitta!" blir du arg och sårad. Du tycker att det är kränkande. När de skriker "hora!" tänker du att det är det fulaste man kan kalla någon.

Jag undrar: Varför tycker du så? Vad är det fula i "fitta"?

ÄR DET FULA att fittan är en symbol för kvinnan? En symbol för sexualitet? Vad är det dåliga?

Det finns inte något dåligt.

Och "hora". En hora säljer sin kropp. Hon säljer sin fitta eller kanske rumpa eller mun till nån att knulla. "Det är det mest kränkande som finns".

Men vet du. Min pappa. Han säljer sina armar och sina ben och sina ögon. Varje dag säljer han dem för att köra bussen framåt och bakåt och fram och tillbaka. Han säljer sin kropp till alla passagerarna på hela bussen, och alla medtrafikanter.

Horan tjänar bättre.

MIN KÄRA KÄRA kära vän hör här. När de säger fitta och hora blir du arg och sårad och kränkt bara för ett dumt missförstånds skull. Det om den kvinnliga renheten, oskulden, skörheten.

Nångång råkade nån hitta på att kvinnor är vackra, oskyldiga och i behov av beskydd. Nu är det en mall, en oskriven sanning.

Män och kvinnor får makten över dig om du tror det är sån du ska vara när du inte är sån. Då tänker du det är dåligt när de säger "hora!"

Men sanningen är att brudar är smutsiga och kåta och känslökalla. Vi är HOROR och vi är FITTOR. Och det är bara bra.

Sex ...

Ta mer på varandra



Beröring är bland det viktigaste som finns.

Hannah Ax
tidningenword.se/23

MÄNNISKOR TAR SÅ lite på varandra nu för tiden. Det verkar som om vi misstänker att vartenda litet snudd vid någon annan skulle orsaka smärta. Beröring är bland det viktigaste som finns. Enligt studier så behöver vi människor minst en kram om dagen för att vi ska må så bra som möjligt. Så varför har vi slutat att ta på varandra?

Ja, antagligen beror det på vår allt mer växande rädsla. Företag och medier pumpar oss allt fullare med rädsla. Vi lär oss att vara rädda, vilket i sin tur får oss att känna oss sköra, och vi blir försiktigare. Och vi slutar att ta på varandra. Vi installerar övervakningskameror hemma och ser till att placera väskan mellan oss och alla andra på bussen.

Konsekvenserna av vårt passiva och tillbakadragande beteende blir en värld där ingen till sist vågar lita på någon, en värld där ingen längre kramas eller pussas. Inte så mysigt alltså.

Så se till att kramas, klappas och pussas ordentligt. Vi är mycket mer lika varandra än vi kanske tror.

GUIDE: VÄL RÄTT SKYDD

En totalgenomgång av preventivmedel från #30.

Nästa uppslag.

Läs mer om sex



Förbjuden njutning

Somliga saker är mer accepterade än andra – vi kollade varför vissa saker anses som tabu när det handlar om sex.

► tidningenword.se/33
Ill: Malin Sandred

”Bättre sexualkunskapsundervisning, tack!”

Reportage om sex- och samlevnadsundervisningen på gymnasiet – och hur den skulle kunna bli bättre.

► tidningenword.se/13

”Sexchock i ungdomstidning – krönikör talar ut”

Krönika om att det är svårt att vara naturlig och oberörd när det pratas om sex.

► tidningenword.se/13

Words sexenkät

Vi frågade, läsarna svarade. Och så fick alla veta att hälften var missnöjda med sitt sexliv, att nästan inga 16-åringar har haft sex och att en tredjedel av killarna kollar på porr.

► tidningenword.se/23



Repris från #28.
tidningenword.se/28

PORRPÅVERKAD?

Påverkas du av porr? Svara på några snabba ja/nej-påståenden så får du veta!

För killar!

Minst tre ställningar krävs för att man ska kunna säga att man haft ”bra sex.”

Det bästa sättet att få till analsex är att ”bara trycka in den.”

En riktig orgasm låter väldigt mycket. Annars räknas den inte.

0-1 ”Ja”

Grattis, du kör ditt eget sexrejs och struntar i porriga idéer. Eller så har du ljugit för att du vet vad som är ”rätt svar.”

2-3 ”Ja”

Du är lite så där mittemellan. Ett tips för att du ska få ett framtida bra sexliv: rätt svar på alla frågorna är ”nej.”

4 ”Ja”

Skärpning. Porr är lika lite verklighet som Harry Potter-filmer: folk får betalt för att göra konstiga grejer framför kameran.



Foto: Arunp/ Creative Commons

Tusen år gammal indisk tempelporr ... men betedde sig indierna i allmänhet sig så här i sängkammaren?

Sånt man ser i porr är vanligt i verkligheten, till exempel 25-centimeterspittar, analsex och sex med fler än två personer inblandade.

Fakta: Så här påverkar porr

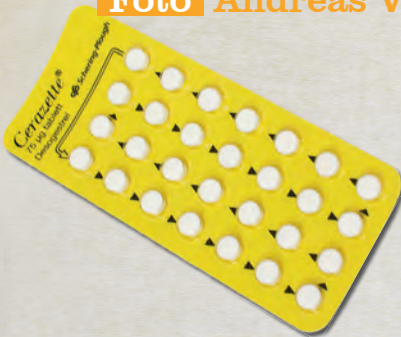
Procent av killar/tjejer i trean på gymnasiet: 55/18 ”jag får lust att prova”, 29/15 ”har lärt mig saker”, 31/16 ”har provat det jag sett”, 29/42 ”påverkas inte alls.” De som kollar på porr har oftare anal- och oralsex än andra, är nöjdare med sin kropp och är mer positiva till prostitution. Källa: SOU 2004:71 (2004), och Medierådets rapport Koll på porr (2006).

Är du kille eller tjej, har du fast förhållande eller inte, behöver du skydd mot graviditet, eller bara mot könssjukdomar ... det är mycket att tänka på när det kommer till preventivmedel. Vi guidar dig rätt.

Välj rätt skydd

Text Sofi Coulianos, Julia Jennerstig

Foto Andréas Vadian



Minipiller

MINIPILLRET INNEHÅLLER BARA ett slags hormon (gulkroppshormon) och är bra att ta om man inte kan ta kombinerade p-piller på grund av till exempel biverkningar eller att man har släktingar som har haft blodpropp.

Man tar minipiller varje dag, vid ungefär samma tid och man gör inga uppehåll. För vissa försvinner mensens helt och de flesta får oregelbundna blödningar under hela tiden man äter pillren.

Skydd mot graviditet
Skydd mot könssjukdomar
För killar

Behövs besök hos ungdomshälsan?
För tjejer som som har en fast relation och inte kan/vill använda östrogen.

Pris: cirka 600 kr/år. *

Vanliga biverkningar: se faktaruta.



Kombinerade p-piller

KOMBINERADE P-PILLER INNEHÅLLER två olika hormoner. Det finns flera olika slags p-piller, till exempel med 28 piller (varav 7 sockerpiller) eller 21 piller (man gör uppehåll en vecka). Man kan skjuta fram mensens ett tag genom att fortsätta äta vanliga piller. P-piller ger inte oregelbunden mens som minipiller kan göra. Man måste ta pillret samma tid varje dag.

Skydd mot graviditet
Skydd mot könssjukdomar
För killar

Behövs besök hos ungdomshälsan?
För tjejer som som har en fast relation och som kommer ihåg att ta pillren vid samma tid varje dag.

Pris: från 260 kr, enstaka sorter 100 kr/år (under 20 år). *

Vanliga biverkningar: se faktaruta.



Spiral

MÅNGA TROR ATT man inte kan ha spiral om man inte har fått barn men det kan man.

Spiral finns i två olika sorter: hormonspiralen ger ifrån sig hormoner, kopparspiralen avger inte hormoner utan har ett skaft av koppartråd som dödar spermerna.

Båda sätts in i livmodern av barnmorska eller läkare och ska bytas vart femte år. Spiral kan användas av alla. Hormonspiralen kan minska mensens.

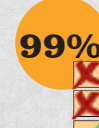
Spiralen på bilden är ungefär i naturlig storlek.

Skydd mot graviditet
Skydd mot könssjukdomar
För killar

Behövs besök hos ungdomshälsan?
För tjejer som har en fast relation.

Pris: kopparspiral är gratis, hormonspiral kostar cirka 350 kr/år (under 20 år). *

Vanliga biverkningar: se faktaruta.



Kondom

DET ENDA PREVENTIVMEDELET för killar är ett väldigt säkert skydd, mot både graviditet och könssjukdomar.

Kondomer passar om man har en tillfällig förbindelse eller ett förhållande och passar till alla åldrar. Den är lätt att få tag på i affärer och många ungdomsmottagningar och skolsköterskor delar ut dem gratis. Nackdelar är att den kan gå sönder om man är för ivrig, och kan vara ett störande moment om man inte är van.

Skydd mot graviditet
Skydd mot könssjukdomar
För killar

Behövs besök hos ungdomshälsan?
För: alla!

Pris: gratis på ungdomsmottagning och hos skolsköterskan.

Vanliga biverkningar: inga.



"JAG GÅR INTE I SÄNG MED DIG UTAN SVINTARMEN"

Gummikondomerna började massproduceras på 1880-talet och var tjocka som cykelslangar. Först kring 1930 kom tunnare latexkondomer av den typ

som finns i dag. Före gummit och latexens tid gjordes kondomer av linne, blindtarmar från svin, djurhudar och fiskblåsor.



Tysk kondom av djurtarmar från 1813. Lägges i blöt i mjölk före användning.

Foto: Museum für Urgeschichte

PROSIT

Den gamle greken Soranus (levde på 100-talet) föreslog att en kvinna som inte ville bli med barn skulle sitta med böjda knän och försöka nysa efter samlaget.

PILLER FÖR MÄN, DÅ?

P-piller för män har varit "på gång" i trettio år. Säkerhetskraven på mediciner sätter hinder i vägen (kraven var lägre när p-pillren kom i mitten av 1900-talet).



P-ring

P-RINGEN ÄR EN mjuk plastring med samma hormoner som kombinerande p-piller. Den är lätt att använda för dig som kan sätta in en tampong. Den ska sitta i tre veckor, fjärde veckan gör du ett uppehåll och får mens, sedan sätter du in en ny. P-ringens bra för dig som är glömsk och inte vill behöva tänka på preventivmedel varje dag.

Till skillnad från p-piller så funkar p-ringens även om man skulle bli magsjuk. Å andra sidan är man kanske ändå inte så sugen på sex då.

Ringens på bilden är ungefär i naturlig storlek.

Skydd mot graviditet
Skydd mot könssjukdomar
För killar

Behövs besök hos ungdomshälsan?
För glömska tjejer som har en fast relation.

Pris: cirka 1200 kr/år. *

Vanliga biverkningar: se faktaruta.

Avbrutet samlag

(och avhållsamhet)

AVBRUTET SAMLAG ÄR jättebra om du vill ha lite spänning i tillvaron, om du inte har något emot att bli/göra någon gravid eller få könssjukdomar, och om du gillar att tvätta lakan (okej, tvätta lakan får du göra med alla metoder utom kondom).

Det som gäller är med andra ord: låt bli den metoden.

Om du inte alls har sex (avhållsamhet) är du hundraprocentigt skyddad mot graviditet och könssjukdomar, men metoden har gemensamma drag med avbrutet samlag: båda kräver självkontroll och risken är stor att du förr eller senare trillar dit.

Skydd mot graviditet
Skydd mot könssjukdomar
För killar (och tjejer)

Behövs besök hos ungdomshälsan?
För: alla som vill bli/göra någon gravid och få könssjukdomar.

Pris: gratis.

Vanliga biverkningar: inga, förutom graviditet och könssjukdomar.

P-stav

P-STAVEN SÄTTS IN under huden på överarmen och syns inte när den är på plats, men kan kännas. Den skyddar mot graviditet i tre år. Staven innehåller bara gulkroppshormon (se minipiller) och skyddar även om man till exempel är magjuk. Staven på bilden är ungefär i naturlig storlek.

Skydd mot graviditet
Skydd mot könssjukdomar
För killar

Behövs besök hos ungdomshälsan?
För glömska tjejer som har en fast relation.

Pris: 350 kr (under 20 år). Motsvarar ca 120/kr år. *

Vanliga biverkningar: se faktaruta.

99%



SIFFERFAKTA

Procentsiffran står för hur många kvinnor av 100 som inte blir gravida per år, om preventivmedlet används på rätt sätt (t ex att man verkligen tar sina piller rätt tid varje dag, eller att man använder kondomen under hela samlaget).

Mer info:

► umo.se



Det är många som är rädda för biverkningar med till exempel p-piller?



Karin Bishop Bondestam

Läkare på Ungdomshälsan

– Den vanligaste orsaken till att man slutar med p-piller är inte att man har biverkningar, utan att man är rädd för att få. Plötsligt står det i tidningen att man får proppar av p-piller, så kan man ha ätit det i flera år och man mår jättebra, och har ingen mens eller finnar. Men då tänker man att "oj då kan jag få propp, nej men då slutar jag." Det är ett vanligt skäl, tyvärr. Många är rädda för biverkningar innan de börjar med p-piller också, men det är vanligare att man slutar på grund av rädsla.

Är det lika många killar som tjejer som kommer hit?

– Nej det är betydligt fler tjejer, nästan 15–20 procent procent killar, om man räknar bort de som kommer för att skaffa kondomer.



Repris från #30.
tidningenword.se/30

NYHETER SEDAN GUIDEN PUBLICERADES 2012

Det har hänt saker på preventivmedelsfronten sedan denna guide publicerades i Word #30:

* **Många p-medel är gratis!** Från 1 mars i år är de flesta preventivmedel gratis för dig under 25 år. Kolla med ungdomsmottagningen vad som gäller.

Nya hormonsammansättningar har utvecklats som påverkar hur flera p-medel fungerar.

Hormonspiral blir allt vanligare som p-medel för unga.

DESSUTOM

P-plåster är ovanliga, men funkar lika bra som kombinerade p-piller. Finns på recept hos ungdomsmottagningen.

Femidom är en kondom för tjejer, ser ut som en plastpåse. Finns att köpa på internet och kostar mer än kondomer.

P-spruta och pessas är några fler, lite ovanligare metoder.

MEN BIVERKNINGAR, DÅ?

Alla preventivmedel som innehåller hormoner (t ex piller, plåster, ring, hormonspiral men inte kopparspiral) kan ge biverkningar. Dessa är lite olika för olika p-medel, men huvudvärk, minskad sexlust, humörförändringar och viktökning förekommer hos de flesta. Det är ändå ovanligt: läkemedelsföretagen anger att upp till 10 av 100 kvinnor drabbas av någon av biverkningarna. De flesta medel kräver lite tid när kroppen vänjer sig, men har man längre besvär kan man prata med ungdomsmottagningen för råd.

OM OLYCKAN ÄR FRAMME

Akut p-piller: Missat ett piller, gick kondomen sönder eller kom den inte på? Akut p-pillret (dagen-efter-piller) ska tas inom 72 timmar efter samlaget och hindrar befruktning (det är alltså inget abortpiller). Akut p-piller kan du hitta på ungdomsmottagningen (gratis) och på apoteket. Pillret är ett mycket mindre säkert skydd mot graviditet än riktiga preventivmedel.



ÄTBART ... ELLER?

Tamponger av krokodilbajs och honung, eller te på bäverstestiklar, var bara två av många metoder som männskor använde förr i tiden för att undvika graviditet.

Citronhalvor i slidan är en annan metod, medan Cleopatra ska ha använt ättiksyra på tygtrasa. I det gamla Kina drack kvinnor kvicksilver mot graviditet.

MOT MENSSMÄRTOR

P-piller var inte helt accepterat på 1960-talet och marknadsfördes i USA som ett piller mot menssmärtor, med bieffekten att ägglossningen försvann.

ONAN FICK FAN FÖR AVBRUTET SAMLAG

Avbrutet samlag tillämpades redan på Bibelns tid: "var gång han låg med sin brors hustru lät han sin säd spillas på marken för att slippa skaffa barn åt sin bror." Men Onan, som det handlar om, straffades för det av Gud och därför är inte heller kondom (där säden också "spills") tillåtet enligt bland annat judendomen.



TEXT
Hanna
Irwang



FOTO
Elsa
Bergman

De har kört bil med **förbundna ögon** och injicerat botox för att göra bra tv. I nya programmet **sitter de fast** i en hiss i tolv timmar tillsammans med kändisar – men vara med i **Let's dance**, aldrig i livet. Word har träffat Filip & Fredrik.

Framgångsrik vänskap



R 2000 GJORDE Filip Hammar och Fredrik Wikingsson tv-debut i *Hello Sydney* i samband med OS. Deras insats blev hårt kritiserad och Expressens krönikör Anders Björkman skrev ”ge mig ett dubbeltrappgeväret och två kulor så är problemet ur världen.”

Deras tv-karriär startade i uppförssbacke med kraftig motvind. Trots detta har de, likt ett

par ihärdiga hundvalpar, klängt sig fast i mediebranschen och arbetat sig upp. Det är en explosionsartad karriär som växer och blommar med tiden.

– Vi vill att alla våra program ska ha små explosioner som får folk att känna att vi bryter ny mark hela tiden, säger Filip.

DUON HAR INJICERAT botox, testat lagliga droger på Nya Zeeland och kört bil med förbundna ögon i centrala Stockholm. De pressar ständigt gränserna för vad som anses vara okej att göra i media. Enligt Fredrik är det få saker han inte skulle kunna tänka sig göra i tv:

– Så länge jag på något sätt har en yrkesmässig och nyfiken kontext för fånghetererna så vet jag inga hinder för någonting. Dock tror jag det skulle ta emot att lönnmörda någon.

Filip anser att hans gräns för medialt framträdande går vid *Let's dance*. Det är för honom helt otänkbart att medverka i den produktionen.

FJORTON TV-PROGRAM, EN framgångsrik podcast, fyra böcker och en turné med showen *Jakten på den försvunna staden* – produktiviteten är stor. Fredrik anser att

en av deras främsta yrkesmässiga bedrifter hittills var när de under det amerikanska presidentvalet år 2008 ledde en valvaka i Kanal 5. Unikt med Filip och Fredriks valvaka var att de var helt subjektiva och för Obama, medan resterande vakor kallt valde att stå neutrala.

– Vi har bara gjort sådant som vi själva tror stenhårt på. Vi lyssnar gärna på goda råd, men i slutändan måste det alltid kännas rätt i våra magar. Dagen vi kompromissar med det så tror jag att karriären är över, säger Filip.

FILIP OCH FREDRIK har gått från hårt kritiserade bisittare till älskade mediepersonligheter. Vad är då framgångsreceptet? Kanske är deras starka vänskap svaret. Att arbeta med sin bästa vän är enligt båda det bästa man kan göra. Deras konflikt-rädsla resulterar i att de sällan bråkar, något som både är till deras för- och nackdel.

– Minsta krusning på ytan skulle kunna rasera vår vänskap fullständigt! poängterar Fredrik.

Vänskapen sattes på prov ordentligt när Fredrik, i maskopi med inlagsproducenten Pål Hollender, utsatte Filip för ett bungyjump-hopp på Nya Zeeland under inspelningen av programmet *Grattis världen*. Filip säger att det var det värsta ögonblicket i hans liv:

– Hade vi inte varit så bra vänner hade jag anmält honom för misshandel! Men det är trots allt många människor som betraktar sina jobb som någonting plågsamt de måste ta sig igenom bara för att kunna få ihop pengar till mat. Jag känner mig ödmjuk inför det här och håller hårt i min vän Fredrik!





Repris från #36.
tidningenword.se/36



FILIP & FREDRIK
 Fredrik Wikingsson,
 född 1973, Filip Hammar,
 född 1975.
 Tv-debut: Hello Sydney (2000).
 Aktuella med: Nya tv-
 programmet Hissen
 (Kanal 5).

**Minsta krusning på
 ytan skulle kunna
 rasera vår vänskap
 fullständigt!**

Läs också!



Felicia Margineau

17-åringen fick med sig
 10 000 personer i en
 demonstration mot främ-
 lingsfientlighet.

► tidningenword.se/25



Clara Henry

Om kändisskap och mens.

► tidningenword.se/48

Cykeltaxi-Carl

Carl Wachtmeister om
 taxi, livet och Niagara.

► tidningenword.se/21

Hans Rosling

Oneliner-experten om
 världen och okunskap.

► tidningenword.se/41



Jacco

Labyrintmedlemmen om
 Gottsunda och musik.

► tidningenword.se/35

Sissela Nordling Blanco

Arrangör av Uppsalas
 första Pride – senare
 partiledare för Fi.

► tidningenword.se/13



Född som tjej

Marcus om hur han för-
 stod att han är trans.

► tidningenword.se/30

3 kända röster

Några kändisar vi intervjuat kanske du inte känner igen – men du har garanterat hört deras röster.



Lejonkungens röst

Melodifestivalsvinnaren Frank Ådahl blir fortfarande igenkänd som Simba när han öppnar munnen.

► tidningenword.se/34
Foto: Peo Hedin och Disney



Harry Potters röst

Niels Pettersson gör den svenska rösten till självaste Harry Potter.

► tidningenword.se/14
Foto: Emma Nilsson, Warner



Hållplatsernas röst

Det är Mats Lundells röst du hör när UL-bussen närmar sig en hållplats.

► tidningenword.se/23
Foto: Gustav Stigestadh



Naken-Janne

Text: Kimberly Åkerström
Foto: Sandra Hammarling

Tjejer och killar ser ju likadana ut, förutom att tjejer har lite utbuktningar.

Läs hela intervjun på: ► tidningenword.se/11

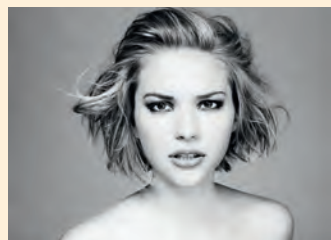


Özz Nûjen

Text: Donia Saleh
Foto: Robert Eldrim

Ta det lugnt, det kommer att bli bra. Var dig själv bara!

Läs hela intervjun på: ► tidningenword.se/42



Tove Styrke

Text: Sonja Winkert
Foto: Christian Coinbergh

Det är svårt att säga hur det hade blivit för mig utan Idol.

Läs hela intervjun på: ► tidningenword.se/28



Alex Schulman

Text: Donia Saleh
Foto: Sandra Dahlén

Jag trodde det var omöjligt att få en podcast lika stor som Filips & Fredriks, men ...

Läs hela intervjun på: ► tidningenword.se/39



Bert Karlsson

Text: Therese Gustafsson
Foto: Jokarjo

Ta inspiration från andra kulturer. Var vaken, allt har inte blivit uppfunnet än.

Läs hela intervjun på: ► tidningenword.se/15



Timo Räisänen

Text: Ida Jansson
Foto: Razzia

Min första konsert i Uppsala var en av mina absolut sveltigaste konserter.

Läs hela intervjun på: ► tidningenword.se/4

Emma Wiklund

Text: Artur Wolgers
► tidningenword.se/2

Peter Siepen

Text: Ida Ingemarsson
Foto: Ulf Berglund/TV6
► tidningenword.se/3

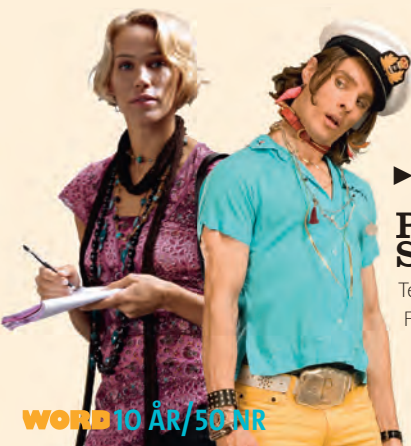
Kodjo Akolor

Text: Victoria Jansson • Foto: Mattias Ahlm/SR

Innerst inne så är jag fantasy-nörden som bara vill sitta och spela spel hela dagarna.

Läs hela intervjun på: ► tidningenword.se/30

Kodjo var desutom med i #22, intervjuad av Emma Kujansuu



Kändisen

Under vinjetten kändisen – ursprungligen känd som Hej kändis! – har vi träffat eller telefonerat med kända personer vi tyckt vore kul att prata med. Här är några av dem.



Text: Ida Jansson • Foto: Elisabet Frang

Veronica Maggio

Vilken är den mest speciella spelning du gjort?

– Jag vet inte riktigt om man kan kalla det för en spelning men jag måste nog säga att det skummaste framträdande jag gjort var när jag var musikgäst i Sommarkrysset i TV4 som spelas in på Grönan i

Stockholm. Jag skulle göra Nöjd? och fick först gå från scenen till pariserhjulet, sen åka ett varv, hela tiden sjungande in i kameran på den ganska snabba texten och till sist fick jag sjunga mig tillbaka till scenen. Allt skulle göras på exakt tid. Skumt men kul!

Vilken är den bästa kommentaren du fått för din musik?

– Den bästa kommentaren... svårt. Jag har fått väldigt många sköna kommentarer via mejl faktiskt, till exempel att min röst är "vaniljfärgad och får öronen att le." Det tyckte jag var lite originellt.

Vad vet du om Uppsala?

– Jag vet en hel del om Uppsala tror jag. Det är ju min hemstad så där har jag kuskat omkring mycket, särskilt i Rackarbergsområdet eftersom det var där jag växte upp.

VERONICA MAGGIO

Ålder: fyller 26 i mars

Bor: Vasastan i Stockholm



Repris från #6.
tidningenword.se/6

Bandet

Inte riktigt, men nästan, alla nummer av Word har gästats av en lokal, ung, helst oetablerad artist. Här är några av dem.



Text: Nadia Chache • Foto: Elina Meuller

Junior Natural

Teo Lindström har alltid haft rytmen och reggaen i blodet, redan som elva-åring fick han vara med och spela med de stora killarna på reggaefestivalen. "Jag kunde sitta med kinapinnar och slå på kastrullerna hemma," säger han. Vad var det med reggaen som du drog till?

– Min pappa har alltid lyssnat på reggae, sedan jag var liten har jag hört reggaen ur högtalarna. Reggaen har haft en stor inverkan på

mig och även om jag inte hade haft det bakom mig skulle jag ha hittat till reggaen.

Reggaefestivalen, hur kändes det?

– Coolt, en härlig känsla och obeskrivbart. Man måste själv stå på scenen för att förstå känslan. 2005 var jag med och spelade i min pappas band, då spelade jag trummor.

– Året efter var jag elva år och då sjöng jag med Meditative Sounds, det är ett soundsystem från Uppsala

som är goda vänner med min pappa. Jag har det på dvd och varje gång jag ser den får jag tillbaka den känslan jag kände den sekunden. Nu kör jag eget, min pappa spelar bas och det finns fem andra personer i bandet.

Var finner du din inspiration?

– Alla fel som jag uppfattar i samhället blir jag inspirerad av, budskapen är väldigt tydliga på mitt kommande album.

Hur känns det att ha kommit dit du är

i dag?

– Det är väldigt överkligt.

Framtiden?

– Reggae är det som ligger mig varmast om hjärtat, jag skulle inte kunna hålla på med någon annan musik. Här kan man citera Bob Marley: "When music hits, you feel no pain."

**TEO
LINDSTRÖM**

Ålder: 16 år.

Inspiration: Allt runt omkring mig.

Gör: Läser första året på GUC.

Myspace: myspace.com/juniornatural



Repris från #26
tidningenword.se/26



Abrunn

Text: Tania Mukhtar
Foto: Mårten Markne

Trallpunkhållet, en döende musikstil som inte så många känner igen.

Läs hela intervjun på:

► tidningenword.se/28

Dani M,
17 år



STGK

Text och foto: Sofia Jansson

Vi skulle lätt kunna tänka oss att dra in en countrysnubbe och göra musik.

Läs hela intervjun på:

► tidningenword.se/9



Billie Lindahl

Text: Morgan Asplund
Foto: Dena Eidi

Eftersom musiken är väldigt vän så är texterna ofta mörka.

Läs hela intervjun på:

► tidningenword.se/4



Ljus Blues

Text: Victoria Jansson
Foto: Karin Karlsson

Man kan säga att vi spelar varierat men inom jaz och funk.

Läs hela intervjun på:

► tidningenword.se/33

Emira Peterson

Text: Nadia Chache
Foto: Sara Louise Lindgren

... som ett supermål med plusmeny och extra allt.

Läs hela intervjun på:

► tidningenword.se/24



Ungt Folk

Text: Leila Sabzevari
Foto: Elsa Bergman

Vi kör avskalade singer-songwriterlåtar, med många stämmor.

Läs hela intervjun på:

► tidningenword.se/35



Generation

Text: Donia Saleh
Foto: Mårten Markne

Man utvecklas verkligen varje dag med Generation.

Läs hela intervjun på:

► tidningenword.se/40



Mares

Text: Donia Saleh
Foto: Jaan Lennart Koort

Vi har många drömmar snarare än mål.

Läs hela intervjun på:

► tidningenword.se/45

4 ytterligare band!

Alla band vi intervjuat får tyvärr inte plats på den här sidan – men några till klämmer vi in.



The Search

The Search kallades med jämna mellanrum "Uppsalas nästa stora band".

► tidningenword.se/5

Foto: Christian Lenthamre



Destination Unknown

Först ut av alla band var bandet som tagit namn efter en Rancid-låt.

► tidningenword.se/1

Foto: Dena Eidi



Rawa & Siz

Rapparna berättar om hur det är att vara med i projektet Bring Down The Beat.

► tidningenword.se/22

Foto: Gustav Stigestadh



Napoleon

"Uppsalas för tillfället mest lovande artister" kallades de 2007 och hade högtflygande planer på internationell turné.

► tidningenword.se/6

Foto: Mahdis Bigloo

Den som är med i Words testpatrull får inte vara rädd för att prova på oväntade saker – eller att se fånig ut på bild. Patrullen har genom åren provat på exempelvis pistolskytte, motocross, pulkaåkning i Slottsbacken, vattenpolo – och hur sexigt Uppsala är. Här är några godbitar från arkivet.

tidningenword.se/35

tidningenword.se/13

Words testpatrull



Repris från #42.
tidningenword.se/42.

I detta naturtest provade patrullen även att titta på algar, tälta, rida, spela frisbeegolf, paddla kajak, fiska mm.



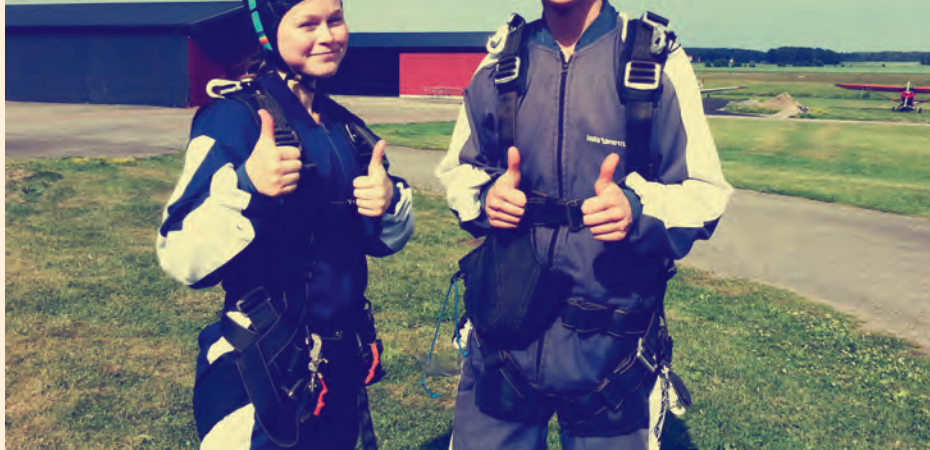
Repris från #22.
tidningenword.se/22.

På tema utmaning testade patrullen att dansa poledance, leka med eld och boxas.

Fallskärmshoppning

12

Naturligt: 2 (Man bara faller genom luften.)
Kul: 4 (Jättehäftigt)
Tillgänglighet: 1 (Dyrt som tusan, måste bokas)
Göra igen: 5 (När jag har råd.)
Avkopplande? När man gled runt i fallskärmen var det ganska mysigt.
Risker? 4000 meter.



FALLSKÄRM LIKNAR INTE någonting annat jag någonsin gjort. Att falla i 200 km i timmen är nästan fortfarande något jag inte riktigt vet hur det känns, för när jag väl föll var det som att jag glömde bort att tänka. Jag bara föll. När fallskärmen vecklades ut slog det mig hur surrealistisk hela grejen var. "Jag och min kropp befinner sig 1500 meter upp i luften och bromsas endast upp av en bit tyg" – det var svårt att greppa. Att hoppa fallskärm var inte

naturligt, kul eller avslappnande – det var bara helt sjukt.

Karl Carlsson

När fallskärmen vecklades ut slog det mig hur surrealistisk hela grejen var.

Surfning

15

Naturligt: 4 (Man får känna på havets kraft.)
Kul: 5 (Kan vara något av det roligaste jag gjort)
Tillgänglighet: 1 (Kräver utrustning, tid, kunskap)
Göra igen: 5 (Detta måste göras om)
Avkopplande? Nej. Detta är en extremsport.
Risker? "Så länge du håller armarna över huvudet när du ramlar brukar det oftast gå okej."



SURFA KAN VARA något av det bästa jag gjort, och även något av det jobbigaste. Personligen var jag inte beredd på hur svårt allting skulle vara, och hur utmattande. Bara att ta sig ut från stranden med surfbrädan var en utmaning. När man väl kom upp på en våg kom dock ett ögonblick av ren extas innan man svaldes av vågen och spottades ut omtumlad och yr. Det ögonblicket gjorde allt arbete och alla blåmärken värt det och om det är någonting jag fick ut av att surfa är det vetskapen om att jag under någon sekund i mitt liv har känt att jag tämt havet.

Karl Carlsson

rycker ut

Förvirrande betyg?
Naturtestarna använde
betygsskalan 1–5 på
varje delmoment. Max-
betyg är 20!

20

Poledance

7/10

Naturligt: 5**Kul:** 5**Tillgänglighet:** 5 (om man har en hund)**Göra igen:** 5**Avkopplande?** Hur mycket som helst.**Risker?** Du gör det så farligt som du vill att det ska vara.

ATT GÅ UT med hunden är förmodligen den bästa vardagsmotionen du kan få, som inte kräver mer än ett par skor och kläder efter väder.

En hundpromenad kan även vara väldigt belönande eftersom man får upptäcka området man går i med nya ögon (i alla fall om man som i mitt fall har en senil och döv hund som gärna vandrar iväg åt sitt eget håll utan förvarning).

Om du inte har en hund så kan du alltid låtsas att du har en och gå på promenad i alla fall. Lite frisk luft har ju aldrig skadat.

Karin Karlsson

Foto: Rebecca Karlén

Fysiskt utmanande: 8**Psykiskt utmanande:** 5**Skrattstimulerande:** 8

Sammanfattningsvis: En fysiskt krävande dans där du behöver både styrka och koordination för att lyckas. Psykiskt så är mod det största kravet, mod att göra stegen och mod att våga dansa i hotpants.

MED HÖGA FÖRHOPNINGAR begav vi oss mot ett grått Svartbäcken, med varsitt par shorts nedpackade. Dock hade vi glömt klackarna hemma.

Väl inne på Fyrishov hamnade vi i en stångfylld sal som snart skulle bjuda oss på en utmaning. Alkohol på händerna och så var vi igång, vi var brandmän, väderkvarnar och hårdrockare. Vi gjorde allt för att vara lika eleganta som vår instruktör Sofia, men det kan bilderna intyga att vi misslyckades med. Vi gjorde vårt bästa, smärtan och styrkekravet till trots.

Den här dansen kändes konstnärlig och inte alls så sexistisk som media framställer den, och faktum är att den gav oss världens hemskaste träningsvärk.

Text: Carl Fagerström, Sara Louise Lindgren

Foto: Felix Lidéri

Nästa sida: Word
testade skolmaten!

Von Bahrska häcken

5/10

Mörker: 5**Ljud:** 6**Människor:** 6**Läget:** 5

VON BAHRSKA HÄCKEN ligger i Lötén i Uppsala och är en smal, slingrande skog med en upplyst gångväg i mitten. Den sträcker sig ända från Vattholmavägen till Råbyvägen och när det är mörkt kan det vara läskigt att gå här själv. Med ganska stor förväntan på en läskig plats begav vi oss mot Von Bahrska häcken och redan på vägen dit hörde vi någon skrika.

Det första vi slogs av när vi hade anlänt var att denna väg såg oändlig ut, som om den aldrig någonsin hade tänkt ta slut. Det fanns gott om gatlyktor som lyste upp vägen men de gjorde skogen desto mörkare. Skogen var i och för sig väldigt liten men det smög ändå flera gånger fram människor ur den. Vi hade ändå föreställt oss denna plats läskigare än vad den var.

Vi mötte ganska många människor och de var inte särskilt skumma, bara några av dem.

Text: Hannah Ax, Freja Arvidsson

Foto: Emma Nilsson



Repris från #20.

tidningenword.se/20.

Tidningens tema var Rädsla och patrullen gav sig ut i natten på kyrkogården, i Stadsskogen och von Bahrska häcken.

Var så god och

Från **trist storkökslunch** till **makalös mat** med hemlagad känsla, från **bullrande matsalar** till **små kök** där man själv värmer sin mat – ingen kan säga att Uppsalas skolmat saknar variation. Words **testpatrull** har tuggat sig igenom pannkakor, hamburgare, panerad fisk, soppa, och nachos. Here are the results of the Word jury.

Vad tycker du?

Håller du med, eller är testpatrullen helt ute och cyklar? Tala om det för oss på Facebook.

► facebook.com/gillatidningenword



Allt på uppslaget är repris från #33.
En del av innehållet gäller inte längre.
tidningenword.se/33

1 Hur viktig är skolmaten för dig? 2 Hur är maten på din skola?

Text och foto: Andréas Vadian och Lovisa Nilson



Simon Helling
Katedral

1 Man måste få energi av maten i skolan, vilket maten på min skola inte ger. Det är som att äta luft, riset smakar som gräs.

2 Fisk fyra dagar i veckan, jag pallar inte mer, och inte med alla vegetariska rätter.



Maja Ledung
GUC

1 Jag brukar inte äta skolmaten. Jag äter frukost före skolan så jag behöver inget mer före middagen.

2 Maten vi har är mycket bättre än de flesta skolorna, fast variationen kunde vara större.



Mohammed "Momo" Mahmoud
Lundellska

1 Skolmaten är otroligt viktig. Jag är en matälskare, bra mat får mig att bli på gott humör.

2 Maten är väldigt bra. Jag äter i skolan varje dag.



Anton Nyström
Katedral

1 Den är viktig och jag tycker därför att man borde klara av att laga maten själv på skolan.

2 Det finns rum för förbättring.



Luisa Müller
Rosendal

1 Eftersom vi inte har skolmat i skolan i Tyskland tycker jag om den. Det är viktigt att äta en riktig lunch i stället för godis eller onyttiga saker.

2 Jag tycker att vi har bra mat på Rosendal.

ät

Bäst i test!
 På Praktiska gymnasiet går man till restaurang Heat och äter därmed bäst skolmat av den vi testat – till exempel ugnstekt färsk laxfilé med kall örtsås och dilldoftande potatismos, här presenterad av köksmästare Marcus Melin.



1 Hur viktig är skolmaten för dig? 2 Hur är maten på din skola?

Text och foto: Andréas Vadian och Lovisa Nilson



Poja Gorgin
John Bauer

1 Skolmaten spelar en stor roll för vilken skola jag kan välja.
2 Jag äter lunch varje dag men tycker inte den är så god. Det smakar inget bra. Skolan lurar elever med bra mat första veckorna, vilket jag anser är skandal. Det är något rektor Omar borde ha i tankarna inför framtiden.



Stephen Axelsson
Katedral

1 Den är mycket viktig eftersom man får energin för att prestera i skolan genom skolmaten.
2 Den är okej, bättre än på högstadiet, men den kunde vara bättre. Man borde dock ha mindre halvfabrikat.



Susanna Vartanian
YA Frigymnasium

1 Skolmaten är mycket viktig för mig eftersom jag inte fungerar utan mat.
2 Skolmaten på min skola är väldigt bra eftersom vi får äta på olika restauranger med husmanskost, varav en restaurang är vegetarisk.



Olle Byström
Katedral

1 Den är viktig för mig. Det är bra om skolmatsalen strävar efter att använda sig av tallriksmodellen.
2 Den är god, helt klart bättre än på min högstadieskola!



Hanna Eriksson
Rosendal

1 Om jag inte äter något under skoldagen blir jag trött och grinig, så skolmaten är viktig för mig.
2 Jag älskar den! Det finns alltid två valmöjligheter där en av rätterna är vegetarisk. Vi har även nyligen infört ett tredje alternativ som man kan välja mellan.

Sveriges bästa skolmat finns i Värnamo

I Skolmatsgastro tävlar matanterna (förlåt, skolkockarna) om vem som gör den bästa skolmaten. Word kollade när SM i skolmat hölls.

SKOLMATSGASTRO

I finalen i Skolmatsgastro tävlar fem lag med tre skolkockar i varje. De ska laga tre näringsriktiga rätter från recept för minst 100 personer, för en snittkostnad på max 10 kronor/person och dessutom på tid framför en jury. Skolmatsgastro arrangeras av Lantmännen vartannat år sedan 2008.

När åt du senast *Lammjärpar med potatispuré, timjan- och rönnbärssky och syrlig äppelkompott*, eller ens en tallrik *Palsternacks- och potatissoppa med älgisterbandsfräs och nybakat rödbetsbröd och persiljeolja* i skolan? Trodde inte det heller – men det går att laga sådan mat för en tia per portion, vilket årets Skolmatsgastro är ett bevis på.

Du kanske inte får enbart positiva associationer av ord som storkök, skolmat och mattant. Men om du undrar huruvida man kan tävla i skolmat, och om man kan älska sina mattanter, är svaret ja.

Tävlingen Skolmatsgastro arrangeras vartannat år, med final på Stockholmsmässan i Älvsjö. Till finalen kommer skolkockar från utvalda skolor i landet för att laga mat på tid, följda av hysteriskt påhejande elever och lärare med hejramsor, skoltröjor och banderoller. Förstapris är äran och en



Matmagikerna från Täby lagar mat, men titeln som årets skolkockar gick till Värnamo Gastrokockar.

Sugen?

Vinnarrecepten finns på lantmannen.se



Allt på uppslaget är repris från #33. En del av innehållet gäller inte längre. tidningenword.se/33

resa till det världskända storköket Inselehospital i Bern.

Årets vinnare, från Apladalskolan i Värnamo, tycker att skolmaten är viktig för att den svenska skolmaten ger unika möjligheter:

– Den är viktig just för att alla barn och ungdomar i Sverige har all möjlighet att få en vällagad och näringsrik måltid, säger Apladalskolas kock Lindon McLeod.

Vinnarmenyn är dock inte standard på Apladalskolan: eleverna där käkar köttfärsås och sprödbakad fisk lika ofta som andra skolelever.

Text och foto: Agnes Nycander

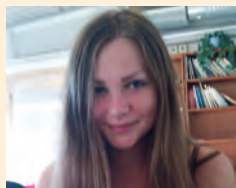
1 Hur viktig är skolmaten för dig? 2 Hur är maten på din skola?

Text och foto: Andréas Vadian och Tilde Kåreland



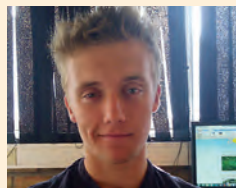
Jessica Jonsson
Lundellska

1 Det är viktigt för att man ska orka gå i skolan.
2 Den är bra även om den har brister.



Alva Chambert Rosendal

1 Inte så viktig.
2 Om man jämför med andra skolor så är skolmaten bra.



Anton Stern
Cultus

1 Skolmaten är viktig, man behöver ju energi.
2 Helt okej.



Max Hemström
Fyris

1 Viktig.
2 Skolmaten har blivit bättre.



Simon Wefer
Katedral

1 Inte speciellt viktig.
2 Inte så gott.



Repris från #33.
En del av innehållet gäller inte längre.

Vilket betyg fick din skolas mat?

Vår testpatrull åt maten på nästan alla gymnasieskolor i stan. Vi mätte buller, kötid och matens temperatur, bedömde smak och personalens bemötande – med mera, med mera. Läs alla resultaten på tidningenword.se/33



Praktiska har testets bästa skolmat ...

Grattis, Camilla Sandenskog, rektor på Uppsala Praktiska Gymnasium – ni har Uppsalas bästa skolmat!

– Åh, vad roligt!
Förvånad?

– Inte alls, för vi har skitbra mat, men det är jätteroligt.

Varför har ni valt den här lösningen?

– Restaurang Heat ligger bra till, de har bra mat



9/10

och flera maträtter, det finns alltid något alla kan äta.

Men det är dyrt?

– För varje elev får skolan en viss ersättning

från kommunen, och som rektor kan jag välja helt vad jag vill lägga pengarna på. Jag har valt att lägga mycket på maten. Eleverna måste orka jobba resten av dagen och då måste de få i sig energi.

– Det blir en trevlig stämning också, och ingen springer till MacDonaldis eller köper godis.

... Boland är sämst i test ...

Reine Sjödin, rektor på Boland, er mat är sämst i test. Håller du med?

2/10

– Jag äter inte ofta i matsalen, men jag brukar fråga gäster vad de tycker och hittills har jag bara fått positiva kommentarer. Ungdomarna har en hel del synpunkter, det sänder dubbla budskap.

Testarna gillar verkligen inte matsalen?

– Vi har inte heller tyckt att den är jättebra. Vi ville bygga om för fyra fem år sedan, men kommunen föredrog att bygga om köket. Vi har satt in ljudabsorberande plattor och bytt korkmattan för att förbättra ljudmiljön, men självklart behöver den förbättras mer.

Vi har brickor och riktigt porslin som skapar en "hemmakänsla."

... och Rosendal har det bästa vanliga skolköket

Pia Carlberg, kostchef på Rosendal – Rosendal har Uppsalas bästa traditionella skolkök! Är du överraskad?

– Vi är väldigt glada över titeln och man kan väl säga att vi lever kvar på gamla meriter då vi fick mycket beröm i UNT för sex år sedan. Men vi är mycket glada!

Vad har ni som andra skolkök inte har?



8/10

– Jag tror att miljön spelar stor roll, vi har brickor och riktigt porslin som skapar en "hemmakänsla". Sedan funkar vår matsal som

en träffpunkt, eleverna är inte rädda för att komma hit och umgås. Hur kan man laga bra mat för en tia per portion?

– Vi lagar mycket själva, speciellt kalla såser och varma såser.

Elevernas favorit?

– Pannkakor, men av det som vi lagar själva så tror jag att köttfärs-såsen är en favorit.

Text: Margarita Kalafati

Experterna om skolmaten

Vissa saker sticker ut i vårt test. Det verkar vara svårt att hålla maten lagom varm, det är hög ljudnivå i matsalarna och på många skolor blev testpatrullen snabbt hungrig. Vi har pratat med några som kan de här sakerna – läs vad de säger. Nästa sida.

Mer om skolmaten!

Mer om skolmaten!

Vissa saker sticker ut i Words skolmatstest. Det verkar vara svårt att hålla maten lagom trevligt varm, det är hög ljudnivå i matsalarna och på många skolor blev testpatrullen snabbt hungrig igen.



Repris från #33. En del av innehållet gäller inte längre. tidningenword.se/33

Hur svårt kan de va?

Matens temperatur

Villa Anna är en av Uppsalas bästa restauranger. Vi ställde några frågor till kökschefen Markus Eriksson om hur viktig temperaturen är för maten.

Vad är bra temperatur på maten?

– Det är olika för olika råvaror. Om man alltid använder de temperaturer som rekommenderas av hygieniska skäl så kan det bli väldigt torrt. Fisk blir till exempel tråkig redan över 50 grader. Vi har en lite annan syn på det här, men en kock i ett skolkök måste följa rekommendationerna. En potatis som är 24 grader – är det okej? – Det är inte att rekommendera. Möjligen om man gör en ljummen potatissallad av den. Allt är rätt om det passar den rätt man lagar.

Hur svårt kan det egentligen vara att hålla maten varm?

– Det ska inte vara svårt om man har rätt utrustning och kanske lite idérikedom om vad man gör med rester – man kanske inte ska värma upp kokt potatis som kokt po-

Mättnad

Testpatrullen, som består av gymnasieelever, kände ofta hungern börja gnaga innan skoldagen tagit slut.

Kan man kräva av skolmaten att man håller sig mätt tills man kommer hem, Eva Sundberg på Livsmedelsverket?

– Nej. En lunch ska ge 25–35 % av energi-behovet för en dag, men man behöver ett mellanmål på förmiddagen och ett på eftermiddagen.

Borde skolorna då erbjuda mellanmål?

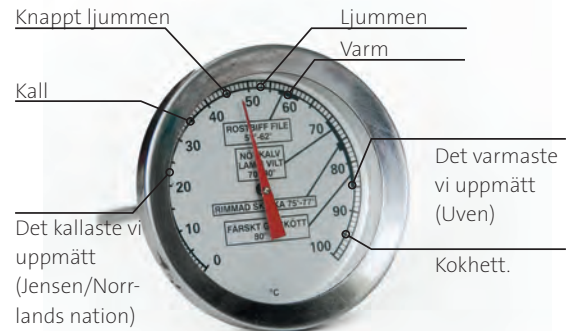
– Det är en politisk fråga vad man vill använda skattepengarna till, men man bör i alla fall se till att det finns möjlighet för eleverna att köpa mellanmål, i en kafeteria eller liknande.

Näringsriktighet – vad är det?

– Det betyder att man följer de svenska näringsrekommendationerna, egentligen tallriksmodellen. Sedan finns det andra delar som också måste funka för att det ska bli en bra måltid, som tid att äta, bra bemötande, trevlig miljö med mera.

Så känns maten

Testpatrullen uppmätte temperaturer mellan 23 och 76 grader – vilket innebär från helt kallt till riktigt hett. Vi har bara mätt mat som ska serveras varm. Värdena i bilden är ungefärliga.



tatis, utan använda den till en snabb, god pyttipanna. Med utbildning och intresse går det att göra det bra.

Vad är problemet med storkök?

– Dels att man ska producera mycket, dels kunskaperna. Till restauranger söker sig kockar som brinner för det, det är en livsstil. Att jobba i storkök är mer som ett jobb, även om det finns bra skolmatskock-

Det ska inte vara svårt om man har rätt utrustning och kanske lite idérikedom.

ar. Man märker skillnad om restaurangkockar övergår till att laga mat i en skola.

Ljudnivån i matsalen

Vad är en okej ljudnivå i en skolmatsal, Staffan Hygge på Högskolan i Gävle?

– Jag skulle säga att värden över 65 decibel mer än några minuter inte är bra. Är det farligt?

– Det är inte hörselskadande. I industrilokaler måste man åtgärda ljudnivån om den ligger över 75 dB under hela arbetsdagar, hela arbetsveckan. Sedan om man frågar sig hur minne, inlärning och uppmärksamhet fungerar, så går det inte riktigt att jämföra en matsal med ett klassrum.

– Sedan kan det ju också vara så att om man pratar högt vid ett matbord så kan det vara en del av det sociala umgänget och att det adderar till det sociala välbehaget. Är ljudnivån lätt att åtgärda, i allmänhet?

– Ja. Det man kan tänka på om man har makt och pengar och designar skolmatsalar är vilka olika ljud det handlar om. Skrammel från bestick, bord, stolar och dörrar kan man åtgärda, och om man skaffar möbler och inredning som gör det tystare så kommer också pratnivån att gå ner.

DB(A)?

Styrkan hos ljud mäts i enheten decibel (dB). Ofta används ett filter (A-filter), som är anpassat efter hur känsliga öronen är för olika frekvenser. Ljudnivån mäts och anges då i db(A).

Om antalet lika starka ljudkällor fördubblas ökar ljudnivån med 3 dB. Dvs om en högtalare ger ifrån sig 60 dB, så ökas ljudnivån till 63 dB om man slår på den andra högtalaren lika högt.

Om antalet lika starka ljudkällor tiodubblas ökas ljudnivån med 10 dB. 70 dB är alltså väldigt mycket mer ljud än 60.

För att vuxna ska få hörselskador krävs att ljudnivån ligger över 75 dB under många hela arbetsdagar.

Källor: Wikipedia, Högskolan i Gävle

Bla bla bla politik bla bla bla samhälle

Bla bla – så kan det låta, men politik är inte bara prat. Verkligen inte. Och vi har genom åren ägnat rätt många sidor för att övertyga er om att politik och samhället är intressant. Vänd blad för lite gammal politisk skåpmat.

Mer om politik och samhälle – läs artiklarna på nätet!



FÖRDOM MOT DIG

På Celsius är det dagliga slagsmål mellan invandrare och sportnördar, på ITG samlas finnickiga datanördar och på Boland finns det egentligen bara två inriktningar; rasister med epa och flummiga esteter. Men hur mycket stämmer egentligen av fördomarna om Uppsalas skolor?

Text: Josefin Sivertsson

Foto: Tore Fridén

► tidningenword.se/7



FRÅGOR OCH SVAR

I Word #7 ända till #29 ställde vi frågor till Uppsalas ledande skolpolitiker, Mohamad Hassan och Ulrik Wärnsberg.

Texter: Therese Gustafsson, Karin Söderström, Polat Akgül

► tidningenword.se/7 t om
tidningenword.se/29



FLYKT

Mängder av människor lämnar sina hemländer för att söka trygghet och säkerhet. Vi förklarar hur de flyr och vad som händer när de kommer till Sverige.

Text: Benjamin Spörndly, Alvar Johansson, Léó Bewa, Fredrik Norén, Lisa Lundström

Ill: Pany Ghaderi, Sara Dutta

Foto: Amanda Söderberg

► tidningenword.se/47



VI SLÅR HÅL PÅ 3 MYTER OM UNGA OCH POLITIK

Vi bryr oss inte om politik utan sitter hellre och gillar varandras Facebookstatusar, eller så är vi militanta aktivister som kastar gatstenar. Och varför skulle det vara annorlunda, politikerna bryr sig ju inte om ifall vi unga engagerar oss. Eller?

Text: Elin Kumlin

Illustration: Alva Hartman

► tidningenword.se/23

Påverka – även om du inte får rösta



Repris från #42.
tidningenword.se/42

Text

**Andrea
Byding**

Rösta!

Såklart. Men rösta gör du bara en gång vart fjärde år, och bara om du är 18+.

Starta en namninsamling!

Ett annat sätt att påverka är att starta en namninsamling, eller folkinitiativ som det också heter. Om minst 10 procent av de som har rösträtt i kommunen skriver på måste det ske en folkomröstning om frågan. I Uppsala innebär det att man måste samla namn från cirka 25 000 personer.

• **Tänk på** att det finns vissa krav på hur en namninsamling ska se ut – en massa namn på ett papper räcker inte. Namnteckning, datum för undertecknandet, namnförtydligande, personnummer och adress måste finnas med.

Demokrati betyder att och bestämma. Demokrati person inte kan bestämma att få andra att tycka som att vara med och bestämma om du inte får rösta.

Kontakta politiker!

De är faktiskt inte så svåra att få tag på som man kan tro, politikererna – i alla fall inte i kommunen och landstinget. Det är bara att mejla eller ringa! Kontaktuppgifter finns på kommunens och landstingets hemsidor. Vissa finns på Twitter och Facebook.

På kommunens och landstingets hemsidor finns också något som heter Tyck till. Det är en öppen mejlkonversation, där man kan ställa frågor och komma med förslag om allt som rör kommunen och landstinget – varför gatusopningen dröjer eller föreslå att en ny skatepark borde byggas. Tyck till ligger som en flik i högerkant på kommunens och landstingets hemsidor.

► www.uppsala.se/kontakt
► www.lul.se/kontakta-oss

Stat, kommun och landsting erbjuder några formella vägar

Skriv ett medborgarförslag!

Ett medborgarförslag är ett formellt sätt att lämna in ett förslag på en förändring/förbättring till kommunen. Vem som helst kan skriva och har rätt att få sitt förslag taget på allvar.

I Uppsala kommun finns bara en nämnd som tar emot medborgarförslag, nämligen utbildnings- och arbetsmarknadsnämnden. I landstinget går det inte alls. Kanske något att försöka förändra?

Gå med i ett parti!

Alla medlemmar i ett parti får vara med och bestämma om vilken politik det ska driva. Det är en chans att påverka politiken inifrån.

► **Läs mer om partiernas åsikter på sidan 36, och vad det innebär att vara med i ett parti på sidan 35.**

Herman Wieselgren var en av 16 unga som sommarjobbade på Barnombudsmannen i Uppsala med att påverka politikererna.

– I min grupp ville vi jobba med tillgången på psykiskt stöd för unga. Enligt lagen så ska det finnas en psykolog på varje skola. Men så ser det ofta inte ut. Det ville vi påverka, så vi tog kontakt med olika politiker och medier för att lyfta frågan.

Hur gjorde ni?

– Det var överraskande lätt att komma i kontakt



Det var överraskande lätt att komma i kontakt med politiker.

med politiker. Vi bara gick in på uppsala.se och ringde upp dem vi ville prata med. Det var många som var intresserade och som nappade direkt när vi sa att vi ville mötas. Sedan var det bara att bestämma tid och plats. Generellt var responsen mycket positiv. Politikerna ville veta mer och tyckte att det var ett viktigt problem.

Och vad händer nu?

– Vi förstår att vi ensamma inte kommer kunna göra någon skillnad. Men vi hoppas att vår lobbying till politiker och medier kommer att inspirera samhället att fortsätta jobba med detta.

Bestämde över gymnasieskolan när #42 gavs ut

Använd internet!

Att webben är ovärderlig för att få spridning på saker fattar nog de flesta. Skapa en blogg, hashtag eller delningsraket.

Men den finns andra sätt också att påverka politiken. För det mesta handlar det om att synas och höras för att på så sätt få fler att upptäcka din åsikt och tycka som du.

alla ska kunna vara med är också uppbyggd så att en allt. Att påverka handlar därför om du. Här presenterar vi en massa sätt ma i samhället – och de funkar även

Använd media!

Ring till radioprogrammet Ring P1. Dit kan vem som helst ringa in och säga sin åsikt i direktsändning eller på telefonsvarare. Mer info på:

► sverigesradio.se/p1/ringp1

Karlavagnen i P4 är ett annat radioprogram dit man kan ringa in, varje vardagkväll. Varje kväll har ett tema och är därmed inte lika fritt som Ring P1. Mer info på:

► sverigesradio.se/p4/karlavagnen

Inför valet har SVT kampanjen #dinröst. Genom hashtagen kan tittarna få visa vilka frågor de tycker är viktiga. Vissa av frågorna som ställs via hashtagen tas upp i SVT:s program, tex Gomorron Sverige, Debatt och Aktuellt.

#dinröst

Fler tips!

- Sveriges ungdomsråd har tagit fram en app, Påverkapp, som ska utgöra ett stöd till alla som vill påverka samhället. Innehåller information om allt från hur man startar en förening till hur man genomför en idé. Finns i App Store.
- PR-byråen Westander känd för sin pr-handbok som de ger ut varje år, helt gratis. Den är matad med tips på hur man kan påverka politiken och nå ut till media. Guld för den engagerade! Går att ladda ner eller beställa från hemsidan

► www.westander.se/prhandboken

Får ni er målgrupp att skratta har ni lättare att nå ut med ert allvarliga budskap.

Gå med i en organisation eller förening!

Att jobba i grupp gör allt lättare. Man får mer tid, mer pengar och framför allt pepp av att jobba med likasinnade.

Demonstrera!

Att demonstrera eller manifesteras är ett klassiskt och maffigt påverkanssätt. Demonstrationsfriheten är starkt skyddad i grundlagen, men man får inte demonstrera hur som helst. Tillstånd måste sökas hos polisen.

► polisen.se/service/tillstand/demonstrationer

Guide till ett lyckat påverkansarbete



Aktivisterna Alva Snis Sigtryggsson kommer med sina bästa tips

Namn: Alva Snis Sigtryggsson

Ålder: 20 år

Bakgrund: Engagerad i fältbiologerna sedan 2009. Har anordnat klimatdemonstrationer, deltagit i FN-toppmöten, haft möten med politiker, ockuperat avverkningshotad skog, skrivit debattartiklar och föreläst på skolor, bland annat.

1

Vilka vill ni nå?

Tänk noga ut vem eller vilka ni vill nå och försök vara så specifika ni bara kan. Det är nästan alltid politiker som kan genomföra samhällsförändringar. Ta reda på vem som har hand om er fråga och vad hen måste göra. Då kan ni kontakta personen/personerna och kanske boka in ett möte, skriva riktade debattartiklar, rikta in massmejlaktioner eller demonstrera med specifika krav.

Media har också lättare att plocka upp nyheten om er kampanj om ni är en tydlig grupp som har en tydlig motståndare.

2

Media är er vän

Ska ni påverka politiken så är media det avgjort mest effektiva sättet att nå ut. Att hamna i tidning, radio eller tv gör det lättare att spridas via sociala medier.

För att vara säkra på att budskapet når ut som ni vill är det bra att förbereda sig. Vad kan journalisten komma att fråga? Vad ska ni svara då? Varför är er kampanj en nyhet? Kan ni välja en extra bra plats eller tid för att få maximalt mediagenomslag? Vad blir en bra bild som en tidning kan vilja ha? Journalister är stressade människor – gör jobbet åt dem!

3

Använd humor!

I fältbiologerna brukar vi ofta försöka vända deppiga miljöproblem till rolig satir över politiska misslyckanden. Får ni er målgrupp att skratta har ni lättare att nå ut med ert allvarliga budskap. Det kan vara genom gatuteater, en rolig film eller satiriska debattartiklar. Dessutom är det ett bra sätt för er själva att inte gå under av tunga frågor.

4

Fira segrarna!

Det är lätt att glömma de små segrarna och pressa sig själva till mer. Ständaktighet och seghet är viktigt, men glöm inte hur jävla bra ni är.

Det krävs mod och ork att palla med. Ibland måste vi vila och tänka på söta kattungar. Men framför allt måste vi berömma oss själva och fira segrarna, hur små de än är! Har ni givit ett flygblad till en lokalpolitiker – fira! Har ni skrivit en insändare och fått den publicerad – fira! Har ni värvat fler som vill jobba med er kampanj – fira!

Europas fattigaste

Tar du en kort promenad mellan butikerna på gågatan kan du se **fattigdomen** i ögonen många gånger. Vi har mött några av de personer som **tigger** i Uppsala för att **överleva**.

Text Andrea Byding

Foto Elina Pahnke

Nico och Ginoviva har kommit till Sverige från hemlandet Rumänien för tionde gången för att tigga. De bor i en bil på en parkering en bit utanför stan.

N

ICO NICOLAJ OCH GINOVIVA RADUKANU jobbade som lantbrukare men förlorade sina jobb när Rumäniens diktator Ceausescu avrättades 1989. Då tog borgmästaren över jorden och sålde den till

ägare från andra länder. Alla byggnader som diktatorn hade byggt revs också ner, så Nico och Ginoviva förlorade både jobb och bostad.

Ginoviva: Livet i Rumänien är så otroligt svårt. Vi har inget sätt att försörja oss.

Nino: Det var andra tider när vi växte upp. När Ceausescu var president hade alla jobb och någonstans att bo. Visst, han var diktator och alla var tvingade att jobba men ingen saknade mat, kläder eller bostad som vi gör nu.

Nino: Borgmästaren lovade att ge oss hjälp men vi har inte fått någon hjälp alls. Inte ens barnbidrag som vår dotter egentligen ska få.

I stället krävdes att de skulle betala för el, vatten och sophämtning, trots att de var hemlösa.

Nino: Vi lyckas inte få något nytt jobb heller. Andra i Rumänien ser ner väldigt

mycket på oss romer. De säger att vi är äckliga och att vi är tjuvar. Men vi har aldrig stulit eller slagit någon. Vi är bara fattiga människor som försöker överleva.

I FLERA ÅR bodde de på gatorna i sin hemstad och tiggde även där. Men i Rumänien är det få som skänker pengar eftersom många andra också är fattiga.

Ginoviva: Vi fick knappt ihop till brödfödan. På en dag kanske det räckte till en brödlimpa och lite potatis.

Nino: Sedan vi började tigga i Sverige har vi kunnat börja bygga upp ett litet hus hemma i Rumänien. Det är bara ett litet



Vi har aldrig stulit eller slagit någon. Vi är bara fattiga människor som försöker överleva.

rum på tio kvadrat, vi delar el med grannen och eldar med ved till spisen, men det är i alla fall något.

Ginoviva: Svenskarna är jättesnälla, det finns inga ord för dem, så snälla de är. De ger oss kläder och mat och många kvinnor vill sätta sig ner och prata med mig.

MEN ALLT SER tyvärr inte ljust ut. Deras bil har nyss gått sönder och de saknar pengar till bensinen hem. Nico har

dessutom besvär som han skulle behöva uppsöka sjukvård för.

Nino: Vi skäms när vi tigger, med det finns inget annat som vi kan göra.

Vad vill ni säga till de som inte tycker att ni borde vara här?

Nino: Vi har aldrig gjort något orätt, vi försöker bara överleva. Vill du slippa se mig på gatan så ge mig ett jobb. Vi vill inte

Nico Nicolaj, 47 år
Ginoviva Radukanu, 43 år
Kommer från Adjud i östra Rumänien. Är i Sverige för att tigga för tionde gången.

bli rika, bara ha nog med pengar så att vi klarar oss och kan köpa det som alla människor behöver.

Om ni får skicka en hälsning till alla unga som läser detta, vad skulle ni vilja säga?

Nino: Om ni har makten, så hjälp oss till ett bättre liv. Ni unga har framtiden i era händer. Försök få slut på det här och kämpa för alla människors lika värde.

Vad du kan göra för att hjälpa

Skänk

Skänk pengar eller mat, köp tidningarna eller sätt dig ned och prata. Vill du hellre skänka till organisationer på plats finns flera att välja mellan:

- ▶ starofhope.se, samhjalp.se,
hjartatillhjarata.se,
svenskakyrkan.se,
erikshjalpen.se

I Sverige kan du skänka till Stefanushjälpen och Stadsmissionen. På dessa kan du även vara volontär. Det kan innebära allt från att laga och servera mat till att ge svensklektioner och hjälpa till med administrativt arbete.

- ▶ uppsalastadsmission.se,
stefanushjalpen.wordpress.com

Facebookgruppen Hjälptilltiggande EU-migranter i Uppsala

I gruppen finns info om särskilda insatser som behövs just för tillfället och hur läget är för de som blir hjälpta.

Föreläsning

Bjud in någon att föreläsa på din skola eller förening, t ex från Stefanushjälpen.

Öppna ditt hem

Erbjud folk att sova hemma hos dig, eller be kyrkor och föreningar att öppna sina lokaler.

Driv opinion

Starta en namninsamling, skriv brev till lokalpolitikerna eller till den rumänska ambassaden. Ju större tryck desto snabbare kommer förändringar kunna ske.

Använd skolarbetet!

Kanske kan du skriva en debattartikel i svenskan eller göra något inom ramen för gymnasiearbetet?



Repris från #42.
tidningenword.se/42

Mer om hemlösa EU-migranter finns i Word #42.
Läs den på tidningenword.se/42

Det här med krönikor

Redaktionen har **alltid gillat krönikor**. Krönikor om samhället, **kläder**, musikfilmspellitteratur, mat, sex, **pandor**, framtiden, **studenten**, sociala medier, sport. Och lite annat. Vi hoppas att du också gillar krönikor.

Vem fan bryr sig?



Leila Sabzevari

tidningenword.se/37

Jag har dålig eftersmak av att se så mycket utrymme i sociala medier tillägnas trams.

VEM BRYR SIG om din bild på ”dagens outfit”, att du sitter på golvet och dricker rödvin som en riktig hipster, att du har en ny partner och det blir like-rekord åt det på fb eller att du promenerar omkring i skymningen och lägger upp bilder på solnedgångar?

Det instagrammas, facebookas, vineas, blogggas, vloggas, twittras, kvittras och allt vad folk håller på med. Folks liv är överexponerade i en miljard kanaler omkring oss varje dag – varför? Vem fan bryr sig?

Som ett samhälleligt fenomen är alla sociala plattformar intressanta eftersom de utgör grunden för olika uttrycksformer. Men det är omöjligt att ge ifrån sig något väsentligt överhuvudtaget när det pyser ut åsikter, tankar, bilder och meningar mest hela tiden.

Om det inte konstant rann ur oss material skulle vi kunna samla det viktigaste vi faktiskt tyckte på riktigt och skapa något av det, hitta vår unika röst och låta den få blomstra. Förändra något.

ALLAS ÅSIKTER ÄR långsamt på väg att blandas samman till nyanser av samma färg. Någon håller med, någon håller inte med men det är samma, givna åsikter som blandas runt och läcker ut i liknande vinklar av snarlika ämnen.

Kunskap i sig har inget egenvärde då vad som helst är ett klick bort via Iphonsens googlingsfunktion. Folk tycker om sådant de inte har en aning om: kunskapsbristen medför skeva åsikter eftersom kunskapen som åsikterna ska grundas på inte finns där.

Varför är det så här? För att det inte krävs något ansvar eller tänkande för att ge ifrån sig en massa onödiga, oväsentliga tankar – men att ha riktig kunskap, läsa på och lära sig tar mer tid?

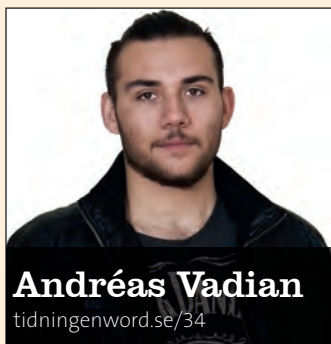
ATT INSTAGRAMMA BILDER på sin frukost, vara ytlig i modebloggar och så vidare är inte en synd i sig, bara det ytliga ställs i proportion till allt annat i livet som betyder något egentligen.

Vi behöver balans.

JAG HAR DÅLIG eftersmak av att se så mycket utrymme i sociala medier tillägnas trams, att se så många möjligheter utnyttjas på fel sätt.

Vi kan göra så mycket men ingen orkar för det som syns på ytan tar mindre tid att beskåda än det som försiggår därunder. Och det som syns på ytan är för mycket och tar för stor plats för att en ens ska orka ta sig igenom till lagrena undertill.

Var vänlig på gymmet



Andréas Vadian

tidningenword.se/34

SIMPASSET EFTER GYMMET – då känner man sig gudomlig. Ända tills man stöter på gubbarna i duschen: men kolla inte på mig så där över tidningen, gå in i omklädningsrummet och läs i stället. Missförstå mig inte, jag har inga problem med att visa mig naken, men jag blir irriterad när folk glör. Man får ingen privacy alls.

Eller när man väntat fem minuter på en maskin, och inte kastar sig fram så fort den blir ledig, men någon annan gör det och man får vänta igen. Eller de där som pratar franska i omklädningsrummet, trots att de är svenskar. Eller tonårstjejerna som står i gäng runt maskinerna och sms:ar, kom igen, det här är ett gym, du ska gymma, inte sms:a!

NU ÄR JAG ju inte den som enkelt säger "Håll käften" till någon. Jag är inte ofta på ställen där folk samlas med ett mål – i skolan är det många som kommer och bara är, eller skolkar, och fine, gör det.

Till gymmet kommer man däremot för att kämpa, få resultat och fokusera. Det är kanske därför jag blir irriterad på sådant som händer omkring. Det går inte att koncentrera sig. Men det känns onödigt att vara spydig för det.

Folk ska vara lite mer vänliga mot varandra. Lämna plats, ta det lugnt, skvätt inte i bassängen bara för att du kan simma snabbast. Och låt bli att prata i mobilen.

Kläder är bara kläder



Margarita Kalafati

tidningenword.se/34

TALAR MAN OM mode finns det två sorters människor som uppmärksammas: de som vet precis hur man ska klä sig samt de som inte har en aning. I min värld existerar det en till grupp människor, nämligen de som fullständigt skiter i kläder.

Jag beundrar människor som lyckas spegla sin personlighet genom klädesplagg, och även jag har någon gång tänkt *Vad fan har hen på sig?* Men nyligen stod jag framför spegeln och undrade samma sak: *Vad fan har jag på mig?*

En välanvänd vit t-shirt med för många apelsin- och chokladfläckar pryddes min överkropp. Mina byxor var lika vackra med hål, för att inte tala om fågelboet till hår som jag desperat försökt tämja i 90-talsanda med tofsen på ena sidan.

DÅ SLOG DET mig: jag är inte i närheten av stilsäker i denna stund. Antagligen skulle varanda människa jag gick förbi stanna upp och undra vad jag hade på mig. Jag insåg även något annat: Det här är den jag är. Slarvig, galen och lite äcklig.

Det fick mig att undra hur många som faktiskt speglar sin personlighet genom kläder. Vem är egentligen en tidlöst vacker vintageskjorta? Inte jag.

Det är här jag förstår att det är okej att låta kläder bara vara kläder ibland och låta en tröja bara vara något du har på dig för att det helt enkelt är olagligt att springa runt naken.

Flykt är inte bara en hashtag



Alvar Johansson

tidningenword.se/47

STÖDET FÖR MÄNNISKOR på flykt har aldrig varit större än nu. Bara här i Sverige öppnar mängder av människor dörren till sina hem, samlar ihop kläder att skänka bort och för lite mer än en månad sedan tågade över 4000 människor genom Uppsala för att alla var välkomna hit. Att de inte tänkte vända sig om.

#refugeeswelcome. Det är bland det vackraste jag sett.

Men samtidigt: hashtags slutar trenda.

Människor slutar inte fly.

VAD HÄNDER I januari, när vi inte längre får några gillande kommentarer på våra lådor med donerade kläder, när vi slutat trycka t-shirts med refugees welcome och ställt julgranen i gästrummet och plötsligt inte har plats för en rädd och ensam människa på flykt?

Låter jag cynisk? Förlåt för det. Att människor engagerar sig är fantastiskt. Att vi visar att vi bryr oss är livsviktigt. Att vi inte vänder ryggen till är så vackert.

Men risken med rörelser är alltid att de i sig blir större än sin bakomliggande mening: då finns risken att vi glömmer den i takt med att rörelsen försvinner.

SOM NÄR #ICEBUCKETCHALLENGE gick från att vara ett sätt att lyfta forskning för ALS till ett internetspex för att roa vännerna. Man kan argumentera för att man fortfarande gör gott, och absolut, det är fantastiskt (och nödvändigt).

Men när meningen bakom försvinner finns det inget som håller oss kvar när trenden avtar. Och vad händer då? När #refugeeswelcome slutar komma upp på toppen av sökresultaten?

Människor kommer fortsätta behöva vård, stöd och varma kläder i vår.

ÄR JAG BITTER? Jag vill inte förminska något som någon gör just nu. För i just detta nu räddar vi liv. Orolig är jag för framtiden, för vad som kommer. För att vi ska tappa intresset. För att hjälpen ska sluta trenda.

Det kommer fortfarande finnas människor som slår sig blodiga för att hjälpa till, men vi andra?

Vi som står runtomkring? Vi som dyker upp först när det finns ett Facebookevenemang att gå med i? Skulle vi aktivera oss om ingen bad oss? Om det inte fanns någon trend för att väcka oss? Och framför allt: kommer vi stå kvar i vår?

JAG VILL, HOPPAS och önskar så innerligt det. För flykt är mer än en hashtag, och vår vilja att hjälpa till får aldrig försvinna när trenden gör det.

Men samtidigt: hashtags slutar trenda. Människor slutar inte fly.

Läs också!

Fler fantastiska krönikor.

Håller du åt tv-shop?

Av Daniel Ählin
tidningenword.se/38



En jordgubbes försvarstal

Av Virve Ivarsson
tidningenword.se/11

Det blir bara bättre

Av Erik Cederwall
tidningenword.se/28



I min bubbla av världen

Av Asmait Gebreyohannes
tidningenword.se/41



Tamagotchin exploderar

Av Siri Grenholm
tidningenword.se/36



En fasad av naturlighet

Av Miranda Libert
tidningenword.se/42



Svårsmält blogghat

Av Freja Arvidsson
tidningenword.se/22

Hejdå dröm-exorcism

Av Anna Hall
tidningenword.se/37

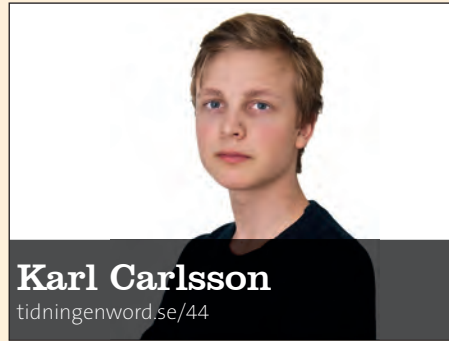


Djur är inte så "bara"

Av Andrea Byding
tidningenword.se/42



Dö, ditt svartvita vidunder



Karl Carlsson
tidningenword.se/44

PANDOR. ALLAS FAVORITGOSEBJÖRN, den enda hotade arten som verkligen ALLA vill bevara och Världsnaturfondens ultimata natursymbol. "Det bara finns 1000 pandor kvar i det vilda! *buhu *snyft" Vill du veta varför jag inte bryr mig? Simpelt - pandor är helt enkelt sämst.

Pandor är som alla andra björnar evolutionärt anpassade till att vara rovdjur. MEN ISTÄLLET FÖR ATT ÄTA KÖTT SÅ ÄGNAR DE DAGARNA ÅT ATT ÄTA BAMBU. BAMBU?! En av de mest näringsfattiga växterna på jorden!

Det tar 12 fucking timmar för dessa svartvita (bra kamuflage i en grön skog förresten, äckelpandor) vidunder att äta tillräckligt mycket mat bara för att överleva! Sen måste de vila resten av dagen för att bambu inte innehåller någon energi.

DET BÄSTA ÄR dock hur de förökar sig. Honorna kan bara bli gravida 24 timmar per år. Jättepraktiskt. Detta är om de ens har sex. För på grund av att de äter satans bambu så måste de spara på energi.

Alltså: inget sex. Överallt är det problem med att få pandor att para sig. Standarden är numera att befrukta pandor på konstgjord väg. Om man inte vill göra det är det viagra och pandaporr som gäller för att pandor ska hålla sin värdelösa art vid liv.

SEN OM ETT mirakel skulle hända och pandan faktiskt föder ungar så kommer ännu ett problem. Normalt sett får pandorna 1-3 ungar, men eftersom de äter bambu så kan de inte producera nog med mjölk åt mer än en unge så de lämnar alla utom en för att dö.

När det sen väl finns pandor så kommer ÄNNU ett problem och det är att de älskar incest. Jävla pisspandor.

Jag säger inte att vi ska döda pandorna men om något djur ska dö så är det inte pandorna.

Ni är helt perfekta



Nora Segerdahl
tidningenword.se/28

NI TITTAR ER i spegeln, söker fel, bara fel. Jag önskar att ni kunde se, verkligen SE. Och lära er att ignorera rösterna som skriker "DU ÄR FEL". Ni är inte fel. Inte någonstans. Ni är alldeles perfekta, som en sommarbris eller smaken av sömn när man inte har sovit på alldeles för länge.

Ni behöver inte ändra på någonting, ni behöver inte svälta er tills ni kippar efter andan, ni behöver inte spy upp middagen. Ni behöver bara lära er att ni är vackra.

Jag led själv av bulimi för ett år sedan. Den hade tagit tag i mig lika starkt som en dementor tar tag i din lycka. Det var mitt liv, och jag märkte inte att jag föll ned mer och mer i det bottenlösa hålet. Åt spydde åt spydde GRÄT.

Jag var fullkomligt besatt av att inte vänta för länge efter att jag hade ätit något, så att kroppen inte skulle ta upp näringen och det var för sent. För sent för vadå?

ETT TAG TUGGADE jag maten och spottade ut i en påse. Stoppade fingrarna i halsen om jag hade råkat svälja någonting.

Jag förstår inte alls hur jag tänkte under den perioden. Jag gick hand i hand med ångesten, och samtidigt som jag älskade känslan av en tom mage så hatade jag den. Jag hatade mig själv, förstod verkligen inte hur folk kunde tycka om mig. Bulimin förstörde mig, men till slut lät den mig bli frisk och börja om.

Jag lärde mig att trots att jag inte är smal som en pinne så är jag vacker precis som jag är. Och nu kan jag fokusera på andra saker, i stället för att enbart oro mig över siffror på vågen och om mina fingrar luktar spy eller inte. Nu kan jag fokusera på att leva.

Låt aldrig det här hända er, det är en mardröm rakt igenom. Skriv i stället en lista med sådant ni gillar med er själva. Och se hur den expanderar för varje gång ni ser er i spegeln. Kram.

Eftersom det finns pissfå offentliga toaletter i vår stad, och de som finns kostar dyra pengar, bestämde vi oss för att lista de bästa kisställena i Uppsala.

Kissa bör man...

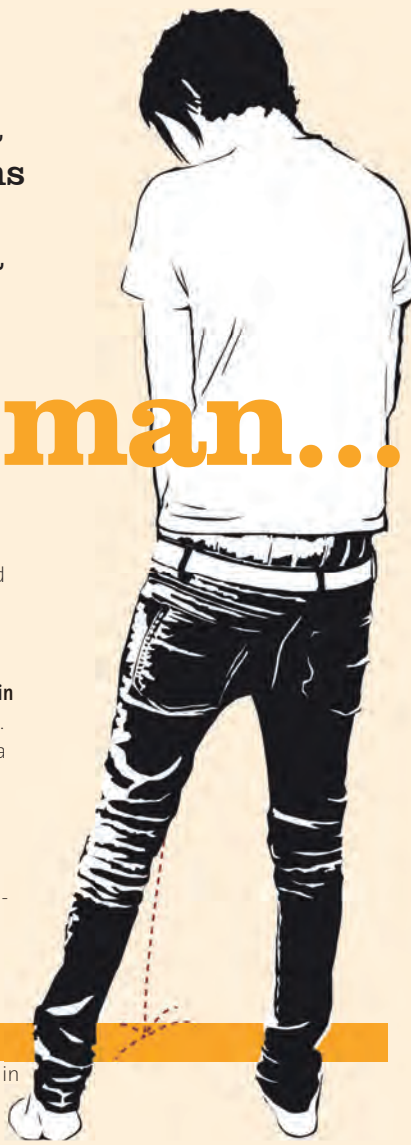
1 **Stadsparkens buskage bakom lekplatsen**, helt i skymundan. Dessutom kan brudar sitta på grenarna då dessa har optimal form och ger optimalt stöd för ett avslappnat kissande.

2 **Gränden bakom Max vid Stora Torget**. Centralt, och så finns massa skrot man kan gömma sig bakom.

3 **Om du hänger på nya bryggan** är den kvadratiska buskformationen (parkeringen bakom restaurang Lingon) given! Om det står fler bilar där bildas dessutom enskilda kissbås.

4 **Köar du vid Seven kan du lätt slinka in i gränden intill** och lätta på trycket. Gränden kan också nås från andra hållet, vid Burger King.

5 **Åhléns bilparkering**. Perfekt med skydd från både staket och containner.



Text: Alva Hartman och Julia Molin
Illustration: Julia Molin

Kissas det mycket på gatorna i Uppsala?

Per-Rickard Rönnerberg Fyrlycke som jobbar med gatuhållning på kommunen:

– Tja, jag går ju inte och pinkar... nej, det är inte så mycket. Men det händer mycket över en natt, det kan regna bort. Vi hade ett problemställe förut, bakom Celsius huset, men det har kommunen byggt bort. Vid innergården vid Rådhuset, portiken mellan Dragarbrunnstorg och Vaksalagatan, kan det vara en del.

– Sedan är det ont om offentliga toaletter i Uppsala, men det får du prata med Gatu och trafik om.

Varför är det så ont om offentliga toaletter i Uppsala?

Jöran Frohm på Gatu- och trafikkontoret:

– Det kostar rätt mycket att bygga och driva dem. Och så är det svårt att få bygglov. Många vill ha offentliga toaletter men ingen vill ha dem utanför sin dörr. Det vore inte fel med fler offentliga toaletter, främst i city där det rör sig mest folk.

Inne och gratis!

- **Studentbiblioteket, Klostergatan** (mellan nya MQ och ån). Bara några meter in. Ofta mindre fräscht. Öppet till 20, lördagsstängt.
- **Filmstaden och Royal**. På Royal behöver man en kod från biobiljetten, så här blir det att rota lite i papperskorgen efter slängda biljetter

först, sedan är det bara att knalla in och knäppa upp.

- **Folktandvården, Vretgränd**. Upp med hissen, smit in. Superfräscht! Öppet till tidig kväll.
- **Grand och ÖG nation**, Trädgårdsgatan – bra toaletter alldeles innanför porten. Ofta öppet.

HÅLLA SIG ELLER INTE?

Kissas du på gatan och farbror polisen kommer kan du få 500 kronor i böter nästan innan du hunnit knäppa gylfen. För femhundra hade du kunnat kissa på en offentlig toalett alla helgkvällar under ett år.

 Repris från #6.
tidningenword.se/6



Modeprylen

David's byxor

... de här kan jag ju inte köpa, de är ju tjejbrallor.

 Repris från #35.
tidningenword.se/35

Varför dessa blommiga byxor?

– För att jag var inne på Monki med några vänner en dag och där har de ju bara tjejkläder. Men så strosade vi omkring och plötsligt ser jag det vackraste jag sett i hela mitt liv – de blommiga byxorna. Och jag står där, pillar lite på dem och säger till mina vänner att de här kan jag ju inte köpa, de är ju tjejbrallor. Så från ingenstans dyker en tant upp bakom mig och säger att såklart jag kan. Så då blev det så.

Är de svåra att matcha med dina andra plagg?

– Jag tänker inte så mycket på det utan matchar på bäst jag vill.

Ska du införskaffa några andra blommiga byxor snart?

– Jo, jag letar faktiskt efter en utökning till garderoben.

Text: Leila Sabzevari • Foto: Hanna Liljehag

DAVID PETERSSON
Går: i tvåan på Katte
Ålder: 17 år

BYXORNA
Från Monki.

Här är det bästa som hänt de senaste åren! I alla fall om man vill tro Words recensenter. Och det hoppas vi verkligen att man vill. **Vi presenterar: all kultur som fått högsta betyg i Word.**

Det här är det bästa

Musik



Timo Räisänen
And there was Timo Indiepop. "Timo är inte långt från att överta titeln som min musikgud."
The anatomy of Indiepop. "...genialt, det griper tag i en med sin sårbara glans, det stimulerar tårkanalerna och får hjärtat att värka."

Jamie Cullum
The pursuit. Jazz. "Skivan har gungiga jazztoner, vackra texter och en Rihanna-cover, och det är allt jag begär så här i mörkrets tider."



A Camp
Colonia. Pop. "Nina Person gör det hon är bäst på: levererar magnifika pop-melodier med liv och karaktär."

Lars Winnerbäck
Tänk om jag ångrar mig... Rock. "Det har det jag kräver: en manlig artist, magnifika texter och äkta känslor."

Norah Jones
The fall. Pop jazz. "Fina Light as a feather känns någonstans djupt nere i mitt fjortonårshjärta, det påminner smått om Cardigans."



Salem
Astronaut. Pop. "Skivans glada melodier är som vårsolen, du kan inte låta bli att le när du lyssnar på dem."

The Mary Onettes
Islands. Indiepop. "Det var länge sedan jag kände sådan eufori över ett stycke musik".



Laleh
Me and Simon. Singer/songwriter. "Okonstlat och ärligt återberättar Laleh vardagen."

Vampire Weekend
Contra. Indiepop. "Det här funkas på förfesten, på tisdagseftermiddagen och innan du ska sova."

Lykke-Li
Wounded rhymes. Indiepop. "Som att vakna upp till kvitrande fåglar en vårmorgon"

Strokes
Angle. Rock. "Med sprutande adrenalin och låtar på topp blir dagen till något extra."

Linnéa Henriksson
Du söker bråk, jag kräver dans. Pop. "Nya skivan är början på något nytt. Musiken är starkare och tuffare."



Lisa Miskovsky
Umeå. Pop. "En underbar skiva med många härliga ballader."

Så tryck på play och njut!"

Film

Igelkotten
Drama "Filmen är inspirerande, livlig och framför allt bidrar den till livslust."

Flyga drake
Drama. "Det är helt enkelt en fin, sorglig och underbar historia om vänskap och mod både det självklara och det som tar tid på sig."

PS I love you
Drama. "Filmen är smärtsamt fin och ger eftertanke." "Det är inte feel good, det är feel best."



Harry Potter och Dödsrelikerna: Del 1
Fantasy/äventyr. "Det absolut bästa med filmen är att man aldrig vet vad som kommer näst, om man ska skraka, skratta eller gråta."

Jag älskade honom
Drama. "Det är en väldigt speciell film om kärleken i sin allra renaste form."

Love & other drugs
Romantisk komedi. "Filmen är väldigt berörande och tar upp frågan om pengar, sex och framgång verkligen kan göra en människa lycklig."



Play
Drama. "En samhällskritisk, tragisk och väldigt rolig långfilm."

An education
Romantik. "En film som håller igång hjärtat".

Himlen är oskyldigt blå
Drama. "Det är alldeles perfekt lagom gult, grumligt, avskalat och hårt."

The other guys
Komedi. "Komedi och action rakt igenom med klockren humor från början till slut."

Scott Pilgrim vs the world
Komedi. "En hysterisk och rätt så awkward film fylld med tv-spelsreferenser som gör att det blir svårt att inte dra i mungipan."



Robocop
Action. "Alla andra biofilmer kan slänga sig i vägen, för denna tar förstaplats!"

Spel



Walking dead
Säsong 2, episod 5. "I slutändan så var allt upp till dig. Det är det som gör det till ett mästerverk."

Teater

4 dagar i april
Uppsala stadsteater. "Skådespelarna ... förtrollade hela publiken, stämningen bland folket var äkta, spänd och lyrisk."



Robin Hoods hjärta
Uppsala Stadsteater. "Framåtlutad sitter man i stolen för att försöka ta in så mycket som möjligt av denna underbara föreställning och efteråt vill man ha mer, mycket mer!"

Foto: Lina Lundgren, Monika Manowska, Tre Dadlar, Mats Sahström, Elisabet Ohlsson-Wallin, Warner, Plattform produktion, Kerry Hayes, Teftale, Micke Sandström



SERIE
Miranda Libert



Repris från #6.
tidningenword.se/6

Mer av Maria Libert
tidningenword.se/2
tidningenword.se/8
tidningenword.se/13

Mer av unga
Uppsalatecknare
Word #1-#18





Katedralskolan?

Katte just nu

Renovering

Katedralskolan har länge varit i behov av renovering och skolan skulle börja renoveras i maj 2015, men på grund av att upphandlingen överklagades har renoveringen ännu inte påbörjats. Den kommer tidigast påbörjas i maj detta år och kommer tidigast vara klar 2019.

Halva skolan, alla humanistiska och samhällsvetenskapliga elever, har flyttats till andra lokaler där det är litet och trångt.

Den del som ska renoveras står tom och inget arbete pågår. Där ligger också matsalen vilket innebär att lunchen istället serveras på Linnéskolan där det är ont om utrymme och långa köer. Detta gör att många elever inte har tid att äta lunch och får gå hela dagen utan mat.

Programnedsskärningar

Programmen på Katedralskolan har drabbats av nedskaeringar. Flera individuella val har slopats och elevantalet har ökat i klasserna. Internationella baccalaureate, IB, är ett program som i hög grad bygger på elevers egna val av kurser samt att elevantalet i kurserna är lågt. Det finns en oro hos eleverna att dessa förändringar kommer att försämra kvaliteten på utbildningen.

Jag har valt ut två elever från varje klass från alla program i årkurs två, för jag vill skaffa mig en bild av skolan.

tycker inte att det är bra, det är många elever som studerar där.

Hur går det med renoveringen?

– Jag vet själv inte det jag skulle vilja veta.

Vi undrar om Rektorsvillan, vad kommer hända med den?

– Ja, det vet jag inte riktigt. Den är alldeles nyrenoverad och den tillhör skolan. Men när vi renoverar den här delen utav skolan, är tanken att kansliet och ledning ska flytta ut. Så man kommer inte hålla lektioner i Rektorsvillan?

– Nej, man får inte sätta upp whiteboardtavlor, för att den är kulturmärkt. Förr var det lektioner i Rektorsvillan men

nu är det nytt och man får inte gå med skor där, man har lagt in mattor. Men det är inte klart vad Rektorsvillan ska användas till.

Elever vill vara mer involverande om det som händer på skolan kring kurser som tas bort och renoveringen. Kan det finnas en öppen dialog?

– Absolut.

Hur representeras elevdemokrati på Katedralskolan?

– Det är viktigt att alla elever känner till det, alla elever på Katedralskolan är med i ett klassråd. Klassrådet väljer i sin tur representanter till utbildningsrådet som sen väljer två

representanter till skolrådet.

I skolrådet har vi representanter från alla program och frågor kan föras från båda riktningar, från skolråd till klassråd eller tvärtom. Så det är en elevdemokratisk cykel som vi har på skolan. Just nu har jag något som kallas för rektorssamtal, där jag har valt ut två elever från varje klass från alla program i årkurs två, för jag vill skaffa mig en bild av skolan.

Elever känner att det är väldigt långt mellan elever och skolledning.

– Tråkigt, för jag träffar ju ändå elever i den här demokratiska cykeln.



LÄNS
BARNOMBUDSMANNEN
www.boiu.se/lbo

Unga får inte alltid vara med och bestämma. Det är ju dumt.

På Akademiska sjukhuset har de valt att göra något åt det. Där har det startats ett ungdomsråd som ska vara med och tycka till om viktiga frågor som rör sjukhuset och vården.

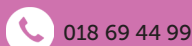
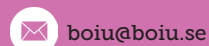
Att starta ett ungdomsråd kan vara ett sätt att påverka det du vill förändra.

Om du vill ha mer att säga till om kan vi hjälpa dig. Vi kan ganska många knep för att få vuxna att lyssna på dig.

Hör av dig så kokar vi ihop något som passar dig.

Kontakta oss så vi kan hjälpa dig att påverka:
fredrik.noren@boiu.se

Kontakta ungdomsrådet på Ackis:
martin.price@boiu.se



TEST
TRÄNING

Blod, sve

Sugen på riktigt hård träning, i en grupp med motiverande stämning? Då kan crossfit vara något för dig. Words testare Tilde gick all in.

Testpatrullen



TILDE PENNHAGE
Text



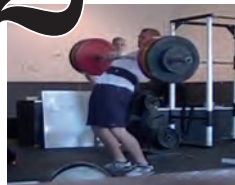
AMANDA SÖDERBERG
Foto

Crossfit

Crossfit är en träningsform som trots att den är relativt ny, vuxit sig väldigt stor och blivit otroligt populär. I crossfit tränar man kondition och styrketräning genom att utföra funktionella övningar under hög intensitet. Övningarna är hämtade från en mängd olika sporter som till exempel styrkelyft, tyngdlyftning och gymnastik. Träningsformen passar alla oavsett träningsnivå eftersom den går att anpassa utifrån utövarens egna förutsättningar.

Trots att det var riktigt tungt så gjorde den härliga och motiverande stämningen i gruppen att jag orkade kämpa mig igenom det.

2 Youtubetips



FAILARMY CROSSFIT FAIL

Somligt är roliga misstag, somligt ser fullkomligt livsfarligt ut. Väl inne på Failarmy är det lätt att bli fast.



TRÄNA SMARTARE, INTE HÅRDARE #9

Frivändning är en tekniskt svår crossfitövning. Här är en svensk instruktionsvideo.

WORD10 ÅR/50 NR

ett och lite tårar



WORD TESTAR: CROSSFIT

8/10

CROSSFIT UPPSALA LIGGER några hundra meter från centralstationen. Redan i dörren möts jag av hög musik och ett rum fullt med skivstänger, kettlebells, hantlar och diverse andra träningsredskap.

Mitt första intryck är att det här är ett seriöst ställe, fast med lite källargym-känsla. Hit går man för att svettas och köra ett ordentligt pass helt enkelt.

Till skillnad från ett vanligt gym finns inga speglar på vägarna utan bara två whitebo-

ardtavlor och ett tidtagarur. En trappa ner finns också ett gym med en hel del träningsutrustning. Skillnaden mellan de två är att gymmet på övervåningen används till gruppträning och källaren för individuell träning.

Jag bokade upp mig på ett pass som var 60 minuter långt. Vi inledde passet med lite stretch för att värma upp. Här visade det sig att mina 3-års styrketräning inte gynnat min rörlighet överhuvudtaget, utan snarare gjorde det till ett plågsamt moment. Efter en

genomgång av vad passet skulle innehålla var det dags att testa frivändningar. Något jag aldrig tidigare gjort och som var en tekniskt väldigt svår övning.

JAG BLEV INTE så fysiskt trött av denna övning men mentalt var den riktigt jobbig eftersom det var mycket att tänka på. Efter frivändningarna gick vi över till att köra en gruppövning med kettlebells i 20 minuter, och det var här det fysiskt jobbiga började.

Svetten rann och pulsen öka-

de snabbt trots vilan på cirka 2 minuter. Här är det viktigt att välja lättare vikter eftersom man annars snabbt får en sämre teknik på grund trötthet, vilket ökar skaderisken. Trots att det var riktigt tungt så gjorde den härliga och motiverande stämningen i gruppen att jag orkade kämpa mig igenom det.

Crossfit innebär en hel del hård träning med blod, svett och kanske lite tårar, men tillbaka får man goda resultat och massor med rolig träning.

Tilde Pennhage



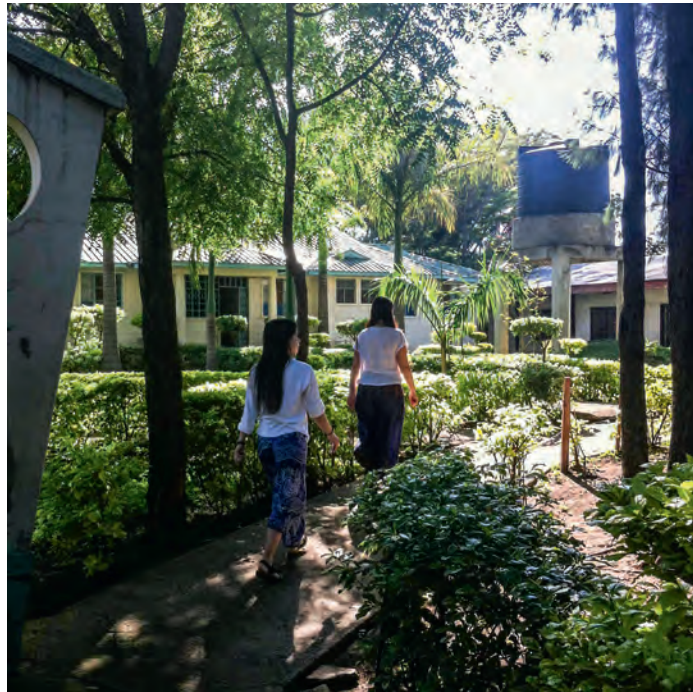
TRACY KINTU
Text



HELIA HOLE
Foto

Fältstudie m

Smip på Rosendal är en av de gymnasieutbildningar där eleverna åker på studieresa utomlands. Meningen är att eleverna ska få både kunskap och upplevelser genom sin fältstudie. Men Helia Hole är kritisk mot upplägget.



På ett kristet center i Ahero som är en mindre stad nära Kisumu, Kenya.



S

ISTA ÅRET PÅ Smip-linjen på Rosendalsgymnasiet åker klasserna till ett land för att göra en fältstudie. Helia Hole åkte till Kenya.

Man brukar i många fall lyfta upp resor

som ett sätt att möta andra kulturer och dela med sig av sin egen. Är det något som du tycker att vi lyckades med under resans gång?

– Kanske, det beror på lite från fall till fall. Vi är ju i Kenya och då kanske det är Kenya som är centralt, men det är ändå viktigt att dela med sig av sitt eget för att visa att vi inte bara är västerlänningar som kommer från Sverige för att studera dem.

– Samtidigt kan det bli att människor lätt blir lite ego och ba "I Sverige är det så här och så här." Jag upplevde att det berodde mycket på

individnivå, vad en är för person och vilka personer en stötte på.

– Sen får en också tänka på att detsamma gäller där, de är också individer, vissa vill veta mer om Sverige andra kanske inte är intresserade. Många i klassen gick på marknader samt åkte tuk-tuk och boda (cykel-taxi), ofta tog en tillfället i akt och prutade. Har vi ett ansvar att ge, att inte pruta, då de flesta av oss egentligen har råd?

– Det är lätt att man dras in i rollen om "vad är det lägsta priset jag kan få på den här produkten?" och utnyttjar deras fattigdom. Det är egentligen ganska hemskt då vi faktiskt har råd att lägga ner pengarna

på att köpa produkten.

– En kan tänka sig att om vi lämnar mer pengar på varje produkt och köpte saker som vi faktiskt ville ha, så skulle det vara mer hållbart. Innan vi åkte till Kenya så jobbade vi med kulturmötesmodeller i skolan, har du något exempel om en utgång från dem?

– Det är väldigt tydligt att en jättestark vithetsnorm präglar landet. Jag tror många i klassen fick höra kommentarer där kenyaner underminerade sitt eget värde gentemot vita personer. Det rörde sig kanske generellt då, om hur svart hy var något dåligt.

Vi bodde på ett väldigt simpelt

Många i klassen fick höra kommentarer där kenyaner underminerade sitt eget värde gentemot vita personer.

ed frågetecknen



Kryddor.
Kenya.

Kenya.
En regnig dag i Kisumu. Helia Hole i Qatar.

Helia Hole i Qatar.

hostel. Tänkte du någon gång på de som jobbade där, och deras villkor?

– Jag tycker vi fick väldigt lite information, det är synd. Vi såg ju till att dricksa ordentligt till personalen och våra kontaktpersoner på slutet.

– Oberoende av pengar så tycker jag att det är en viktig gest vart man än är i världen men speciellt när man vet att villkoren är sämre. Vi kanske tror att personalen får mer än vad de får, men att det i verkliga fallet går mest till någon ägare.

Vår parallellklass åkte också till Kenya, men de bodde på ett finare hotell, hur tror du skillnaderna har varit mellan klasserna?

– Jag tror faktiskt att det har varit en ganska stor skillnad,

det jag nästan bär med mig mest från fältstudien är personalen. Vi bodde i princip med dem, fick se deras arbetssituation, hur de var uppe 24/7 och hjälpte oss hela tiden.

– Den enda gången jag besökte ett större hotell fick jag intrycket av att det var väldigt stort och fancy vilket kanske inte är syftet med fältstudien,

Vi åker dit för att studera deras samhälle istället för att pengarna går till att göra situationen bättre för individer.

att upprätthålla strukturer som inte lyssnar på lokalbefolkningen. Sådana här fancy hotell kan kännas som ett hån för de som knappt har mat för dagen.

Tycker du att fältstudien var ett bra sätt att upptäcka Kenya?

– Både och. På individnivå absolut. Men jag har verkligen ifrågasatt hur nödvändigt det är på ett stort plan. Jag blir nästan lite äcklad av mig själv och hur vi med massa privilegier åker dit, och detta har kostat oss flera tusen, för att studera deras samhälle istället för att de pengarna går till att göra situationen bättre för individer.

Hade du velat göra det på ett annat sätt?

– Det hade varit okej om det hade varit ett utbyte, om vi

hade åkt dit och studerat deras samhälle och sen hade kenyanska ungdomar åkt till Sverige och studerat vårt samhälle. Båda får något ut av det.

– Något jag har hört mycket är att det kanske ger långsiktigt resultat, många i klassen väljer att jobba med utvecklingsfrågor och liknande. Det återstår att se men kortsiktigt så tycker jag att det var jobbigt.

STUDIERESOR

Smip-programmet (sam internationella programmet) på Rosendal åker på en fältstudieresa i årskurs 3. Även andra gymnasieskolor i Uppsala anordnar resor i samband med studier.



Sommaren 2016 förvandlas Grands nedervåning till ett sommarparadis.

Livemusik, pingis, våffelbufféer, en glassbar, sköna soffor, spel och mycket mycket annat utlovas!

Vill du spela på vår sommarscen, ställa ut konst, läsa poesi eller göra något annat som du tycker är kul och viktigt?

Hör av dig!

som en dröm



Caféet är öppet hela sommaren. måndag, tisdag, onsdag, torsdag & fredag kl 16-22 från 16 juni till 12 augusti.
Grand, Trädgårdsgatan 5, Uppsala. Alltid drogfritt.  grand.upsala  kulturhusetgrand

FÖR MER INFO:

WWW.CAFEGENOMFARTEN.COM

INSTAGRAM: @CAFEGENOMFARTEN

GILLA VÅR FACEBOOKSIDA.

MÅN-TOR 15-22

FRE 15-00

LÖR 17-22

SKÖNT HÄNG, BILLIGT FIKA, FÖRELÄSNINGAR, KONSERTER, GRATIS BILJARD, SCHYSSTA VUXNA, SPEL, PLUGG, REPLOKAL, MATLAGNING, KONST, PYSSEL, FILM OCH MASSA ANNAT.

CAFÉ GENOMFARTEN **SENSUS**
Billigt fika, inget köptvång, drogfritt **drottninggatan 13**

Gör världen bättre i
Uppsala
– bli medlem!



Röda Korsets Ungdomsförbund
jobbar för att alla barn och
unga ska känna sig trygga och
må bra.

I Uppsala jobbar vi med allt från
läxhjälp till att ge unga stöd genom vår
chattjour Jourhavande Kompis och
mycket mer. Kanske vill du gå med i
någon av våra verksamheter, eller har
en idé till en ny?

Tillsammans jobbar vi för ett tryggt
Uppsala för alla barn och unga varje
dag.

Bli medlem nu på
rkuf.se första året är
gratis



RödaKorset
UNGDOMSFÖRBUNDET



De som nu försvinner

ÅRET VAR 2004 och vi skulle till Eskilstuna. Tonerna till "blåjeans" dånade falskt ur de helkassa bilhögtalarna, jag vevade ner rutan och sträckte ut handen. Jag tror att jag kände mig lycklig. Sex år senare förde jag över alla Kents album till min knallröda mp3. Allt från första albumet "kent" till "röd".

DE DAGAR SOM inte var lika bra som igår, de dagar då ingen annan ställde upp. Under de dagarna kom jag ofta på att det inte var svårare än att trycka på play och höja volymen till max. För även om den extrema ensamheten rev i mitt hjärta, så visste jag att ingenting någonsin kunde kännas bättre än såhär ändå.

Nu är året 2016 och jag står ensam i mitt rum med en biljett i min vänstra hand. En biljett till Kents allra sista konsert. De ska alltså lägga ner. Den 17 december går de och lägger sig för gott. Det känns både bra och dåligt. Någon till konsertkväll och några fler nya album skulle ju vara fint.

MEN SAMTIDIGT VET jag att allting har sin tid och nu känner väl medlemmarna i Kent att de haft sin. Klockan tickar ständigt och det är bra att lägga ner ifall att bomben skulle explodera.

JA, DET ÄR synd att de försvinner, men musiken finns ju alltid kvar. Det handlar ju egentligen inte om att gå på konserter eller att känna lukten av nytt material, även om det känns nice och spännande. Det handlar om att kunna känna musiken inom sig. När som helst, vart som helst och hur som helst.

Det kanske låter klyschigt, det mesta både låter och är klyschigt. Men innan allting tar slut. Innan himlen faller ner så vet jag att både vi och de har hittat den där platsen i solen.



Tyra Johansson
om Kent



Film



DJUNGLBOKEN

7/10

Mäktig nyinspelning

DJUNGLBOKEN HAR DU säkert hört talas om. Iallafall Disneys tecknade version av den. Denna världsberömda klassiker är enligt mig riktigt bra med svängig musik och härliga karaktärer.

I år, 2016 fick vi träffa på den lilla indiska människovalpen Mowgli igen. I samma djungel, med samma kompisar och fiender som förra gången. Jag vet inte om nya filmidéer har tagit slut, då allt fler filmskapare väljer att ta en barnfilm för att sedan göra om den till något nytt och kanske något mer spännande. Kanske

riktat till de lite äldre, eller inte. En del lyckas jättebra med det här.

Men lyckades Jon Favreau, regissören till den nya Djungelboken? Både ja och nej, som alltid. Det var roligt att kunna känna igen sig i någonting en redan sett. Att kunna hänga med i vissa låtar och nästan veta vad som kommer hända härnäst.

DET JAG UPSKATTAR mest är hur bra de lyckats med rösterna, med hjälp av starka röstskådespelare såsom Scarlett

Men det jag uppskattar mest är hur bra de lyckats med rösterna.

Johansson (ormen Kaa), Bill Murray (björnen Baloo) och Idris Elba (tigern Shere Khan) fick scenerna en såpass mäktig känsla att jag glömde bort prasslandet från folks godispåsar i biosalongen och istället slungades in i filmen.

Trots detta kunde jag inte undgå att störa mig lite på vissa moment i filmen. Till exempel

tyckte jag att han som spelar Mowgli, Neel Sethi inte alltid nådde ända fram. Att det inte alltid kändes trovärdigt när han uttryckte vissa känslor.

Även om filmen hade brister här och där så var den i sin helhet väldigt bra och passar både den unga och den gamla människan.

Tyra Johansson

Politisk resedagbok med PJ Harvey

7/10

PJ HARVEY
The hope six demolition project

THE HOPE SIX... är inte så mycket en skiva som en resedagbok. Genom miljonprogram sönderslitna av droger och våld, över blodiga sanddyner och förbi leran i baltiska byar med trasiga histo-

rier. Efter att ha tagit ett fast grepp och kvävt nationalismen till döds med den fantastiska *Let England shake* vidgar PJ Harvey vyerna. På *Hope six* är det trasiga och övergivna en röd tråd vi följer, med Harveys röst som ledsagare.

Detta går också igen i den avskalade och vassa produktionen, med frustande gitarrer och skelettliknande trummor. Tunga manskörer och blås skapar istället

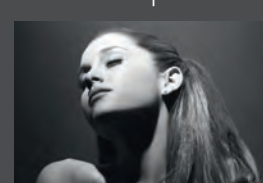
välbehövlig tjocklek och melodier. Problemet är att skivan saknar det perfekt avvägda låtskriveriet från föregångaren, så till den grad att låtarna faller in i samma mönster. Men att kräva en återupprepning av *Let England shake* är också att ställa väl höga krav, när PJ Harvey fortsätter att utmärka sig som den nutida rockmusikens enda politiska utrikeskorrespondent.

Alvar Johansson

Bäst just nu

Avantgardets För många dyra skor och döda ögon – en skitig och trasig uppgörelse med drogroman-tiken. Med *City Sun Eater in the River of Light* gör progfolkarna **Woods** ett av vårens svängigaste släpp.

Vi väntar på ...

ARIANA GRANDE
Dangerous woman

Rösten har vi redan lärt oss älska. Nu hoppas vi bara på att låtmaterialet håller lika hög klass.

▶ släpps 20 maj

RADIOHEAD

Enligt uppgift ska den nya skivan inte låta som någonting vi hört förut. Vi är beredda att tro på det.

Spel



Tre billiga spel som funkar på skoldatorn

FEZ

TÄNK DIG ATT du är en marshmallow och att hela ditt liv varit en lögn. Det är Fez i ett nötskal. Det låter inte som en ordentlig höjddare men jag kan inte säga annat än att det är precis vad det är. Hela världen är ett plattformsbaserat pussel som du kan vrida fram och tillbaka i 360 grader. Spelet fyllde nyss tre år men i jämförelse med många nya indietitlar på marknaden så känns spelet fortfarande fräscht med spelmekaniker som inte slitits ut i andra spel.

9/10

UNDERTALE

DÖDA ALLT I din väg eller skona alla, det är frågan. I skrivande stund är det lite mer än en vecka sen jag betade av rollspelet för andra gången, spelet som varit vårens snackis. Undertale är ett rollspel som du antingen älskar eller hatar, du möter på din väg olika pussel och fiender som du får ta dig an med stora valmöjligheter och beroende hur du gör saker så ändras utkomsten av det hela. Det har kallats mästerverk men för mig faller det platt trots unika karaktärer

5/10



och en fin indieproduktion.

DEVIL DAGGERS

MED EN ESTETIK och känsla som är nästintill direkt hämtat ur ett shooter-spel från sent nittio-tal så är det svårt att inte falla pladask inför Devil Daggers. Ett intensivt shooter-spel där en inte har den minsta aning om varför en

Att överleva mer än ett par sekunder är en utmaning.

7/10

gör någonting. En släpps ner på en plattform och ska genom att skjuta svärmar av varelser försöka överleva så länge som möjligt. Det går snabbt och att överleva mer än ett par sekunder är en utmaning. För varje omgång känner jag psykbrödet komma närmre, men det är fångslande och grymt.

Benjamin Spörndly

Foto: Polytroon/CC BY-SA 3.0, Toby Fox, Devil Daggers

3

mobilspeletips

5/10



SKYWARD är ett spel som går ut på att man ska flytta två diskar över abstrakta och omöjliga geometriska figurer. På den yta man förflyttar sig över finns det olika hjälpmedel som gör att det går snabbare,

långsammare eller att diskarna byter håll. Det finns två alternativ, classic mode eller hardcore mode, skillnaden är att i hardcore mode skruvas farten upp och det blir betydligt svårare. Lugn musik spelas och bakgrunden ändrar färg till olika nyanser ju längre man klarar sig.

Det är ett väldigt vackert spel och allt handlar om precision. Spelet är roligt



och ibland svårt men det är estetiken som gör det intressant att spela.

DARK HERO är ett äventyrs-spel där du ska vandra genom förändrande terräng med hinder som försöker döda dig. De enda färgerna

i spelet är svart, vitt och grått och den karaktär man spelar är bara en svart siluett med två vita ögon. Spelet kan vara frustrerande för att man ibland nästan lyckas klara sig, men inte helt och dör eller för att man trycker lite fel och hoppar i en sjö och dör. Men spelet är intressant. Allting handlar om att överleva och att lyckas ta sig över alla hinder.

6/10



SKY är ett svårare spel som också är väldigt geometriskt och estetiskt.

Man är en kvadrat som förflyttas längs med en streckad bana med små guld bitar på. Bitarna samlar man på sig när kva-

draten passerar över dem. Ibland passerar man igenom små dörrar som fördubblar figuren. Det finns små hinder man måste ta sig över som enkelt kan döda en. Under spelet samlar man poäng så att man kan låsa upp fler figurer som en kub, drake eller ros. Det är ett svårt men roligt spel som är lite vackert.

Saskia Heinemann

Redaktion

I begynnelsen var Word

Det startas nya tidningar varenda dag. Men i din hand håller du en som är nyare än de flesta. Vi törs påstå att Word är den enda gratistidning i Uppsala där innehållet bestäms av unga och som produceras av unga på fritiden. Klå det den som kan.

Vi har gjort en ungdomstidning som inte är lika plottrig och snackig som de andra tidningarna som ligger på våra skolor. En tidning som funkar under en kort rast men som man också kan läsa hela vägen på bussen hem.

Vi vill att Word ska finnas där det finns folk som vill läsa den, så mejla oss gärna om du tycker att vi missat något ställe. Mejla oss gärna om allt du känner för.

Vi ses igen i slutet av maj.
Redaktionen
red@word-uppsala.se

Omslagsbild
Julia Molin



Word

Ansvarig utgivare
Ida Bylund
ida.bylund@dinbarnombudsman.nu
018-69 44 99

Redaktionsledare
Mårten Markne
red@word-uppsala.se

Hemsida
www.word-uppsala.se

Redaktion

Jenny Asp: fotograf
Fanny Borén: skribent
Caroline Carlfors: skribent
Dena Eidi: fotograf
Malin Gadeborg: fotograf
Alva Hartman: illustratör, redigerare, skribent
Johanna Linder: skribent
Julia Molin: illustratör, redigerare, skribent
Tobias Petersson: webbmakare, redigerare, skribent
Niklas Wahlqvist: skribent, redigerare

2 - word #1, 2006

**Tio år senare
är Word fortfarande ett
magasin som görs av unga i Uppsala,
för unga i Uppsala. Vill du vara med?**

Mejla

word@tidningenword.se

Smsa

072 563 08 60

