

WORD

#64

MARS 2019

AV UNGA, FÖR UNGA I UPPSALA

Hitta rätt sommarjobb
Gymtest
Debatt
Snygga kläder
Så funkar EU
Vilken bok ska du läsa?

ÄR DU INTE MED I WORDREDAKTIONEN ÄN? DÅ ÄR DET HÖG TID – HÖR AV DIG TILL WORD@TIDNINGENWORD.SE NU!

VILL DU SKRIVA OM

MILJÖ
MODE
POLITIK
MAT
SR.ORT
HALSA
FILM
UPPSALA
SEX
ELLER KANSKE
FOTA?
HÖR AV DIG
VE TJA!

Av unga, för unga

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

Mejla

word@tidningenword.se

Smsa

072 563 08 60

WORD

tidningenword.se

WORD #64

OMSLAGSFOTO
Evelina Hammarin

GYMKOLL – Vi har kollat upp fyra gym för att se vad de erbjuder.



16



8



5



19



14

Djuren är sina egna

JAG SKULLE PRECIS gå på båten i Fuerteventura när jag får syn på något som gör mig väldigt illa till mods. Trots det fantastiska vädret och den skinande solen så kan jag inte låta bli att känna att hela min dag är förstörd. Framför mig är en alldeles för liten pool och i den simmar två sjölejon, runt poolen står en mängd förväntansfulla turister. En djurskötare får upp sjölejonen ur poolen och låter alla fota och klappa dem.

SJÖLEJONEN SER SKRÄCKSLAGNA ut medan alla människor omringar dem och till slut brister det för mig. Jag går där ifrån med tårar i ögonen och med en kokande ilska inombords gentemot både turisterna och djurskötaren, när ska människor förstå att djur inte är underhållning? Vi lever i 2019 och det borde vara en självklarhet idag.

Jag försöker alltid att vara en djurvänlig turist, jag går aldrig på cirkus med djur eller på djurparker. Jag står alltid upp för djurens rättigheter. Jag förstår att man tycker det är väldigt fascinerande och intressant att se vilda djur på nära håll, särskilt när man får chansen att interagera med dem. Jag gick själv på djurpark när jag var mindre innan jag började att bli mer påläst och upplyst om hur hemskt det faktiskt är.

OM VI TAR delfiner som exempel, ett typiskt djur när det kommer till just underhållning, så både börjar och slutar oftast deras liv i en betongbassäng som är tusen gånger mindre än havet. I det fria simmar delfiner cirka 55 km om dagen. I fångenskap är det omöjligt för dem att leva ut sina instinkter, istället blir dem en attraktion för oss människor som vi kan skratta åt och heja på.

Man blir väldigt lätt lurad när man får chansen att ta foton med djuren, oavsett om det är i Sverige eller utomlands. Man ser inte bakom kulisserna, man ser endast det som sker här och nu. Djuren ser ju ut att ha det bra, men hur vet du det? Varför skulle de hellre vilja vara en turistattraktion än vara i sitt naturliga habitat?

DET FINNS SÅ mycket att säga om detta ämne, så många dokumentärer som visar sanningen och så mycket att läsa och ta del av. Den största grunden till att folk fortfarande bidrar till detta djurplågeri är okunskap. Man är ingen dålig människa för att man har gått på en djurshow, men om man däremot har kunskapen och fortfarande gör det så kan man börja undra.

Djur är precis som oss människor individer med olika behov och känslor, de är sina egna. Ingen människa vill leva sitt liv fast i en inhägnad, och det vill inte djuren heller. De har ingen röst och därför är det vår uppgift att vara det och stå upp för de tillsammans.

Nadine Reinholdsson

Djuren ser ju ut att ha det bra, men hur vet du det?

INNEHÅLL
#64

- 5 Paus
Kyl ner dig med en frapino.
- 6 Quiz
Vilken bok ska du läsa?
- 8 Mode
Skosnören.
- 8 Stil
Fyra sidor snygga kläder!
- 13 Samhälle
Så funkade EU.
- 14 Samhälle
Debatt.
- 15 Sommarjobb
Tips för att fixa bästa jobbet.
- 16 Gymkoll
Det här finns på fyra gym.
- 18 Kultur
Leo.
- 19 Kultur
Captain Marvel.

KONTAKT

word@tidningenword.se
Barnombudet i Uppsala län
Drottninggatan 8, 753 10 Uppsala
018-69 44 99, sms: 072 563 08 60
tidningenword.se

ANSVARIG UTGIVARE

Lisa Skiöld
lisa.skiold@boiu.se

CHEFREDAKTÖRER, ANNONSER

Fredrik Norén
word@tidningenword.se

LAYOUT

Mårten Markne
marten@tidningenword.se

INFORMATION FÖR ANNONSÖRER

tidningenword.se/annons

TRYCK

Wikströms 1654-0808

WORD GÖRS AV unga för unga. Word är en kanal mellan ungdomar i Uppsala: ett brett medium som ger en känsla för sammanhang och sammanhållning.

Word vill förstärka ungas känsla av och insikt i att vara medborgare i Uppsala, och stärka deras möjlighet till inflytande och delaktighet i samhällslivet. Word är också en kanal mellan unga och beslutsfattare i kommunen i och med att Word innehåller samhällsinformation på ungas egna villkor och bjuder in till dialog.

Word har funnits sedan 2006. Word finns på alla gymnasieskolor i Uppsala samt på bibliotek, fritidsgårdar m fl ställen. Word ges ut av föreningen Barnombudet i Uppsala. Word finansieras genom ett grundbidrag från socialnämnden i Uppsala kommun och till viss del genom annonser från icke-kommersiella verksamheter.

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



Redaktion



FREDRIK NORÉN
Chefedaktör



AMANDA TÅNGRING
Skribent



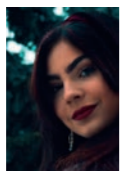
EDVIN LENNMYR
Skribent



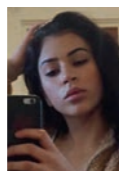
ELIN VILÉN
Skribent, illustra-
tör och fotograf



EVELINA HAMMARIN
Skribent och
fotograf



**NADINE
REINHOLDSSON**
Skribent



HADJA MEHANHA
Skribent



MIRIAM WESTERBERG
Skribent



SOFIE OHLSSON
Skribent

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.



Frapino

Enkel och god kaffedryck

Recept för 2–4 personer

Ingredienser

- 3 dl krossad is
- 8 stora skedar vaniljglass (eller byt ut en del vaniljglass mot krossad chokladglass eller chokladglass)
- 2 dl kaffe
- Grädde och kakao till garnering om så önskas

Gör så här

- 1 Blanda 2 dl av den krossade isen med vaniljglassen och kaffet till en len dryck.
- 2 Fördela resterande 1 dl krossad is i glas och tillsätt sedan kaffeblandningen.
- 3 Om så önskas, vispa grädde och spritsa ut på drycken. Sila sedan önskad mängd kakao över drycken.



Du kan få hjälp

boiu.se

Här finns länkar till ställen i Uppsala där barn och unga kan få hjälp med t ex:

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

Du kan också höra av dig till oss. Vi vet vem som kan hjälpa dig.

Barnombudet i Uppsala län

Mejla: boiu@boiu.se

Ring: 018 69 44 99

Hemsida: boiu.se

Sociala medier: gillaboiu

QUIZ WORDQUIZ #64

Vilken bok ska du läsa?

Text och ill: Elin Vilén

Bortsett från sol och bad innebär sommaren oceaner av tid för dig att göra precis vad du vill. 2019 kommer att bjuda på massvis av spännande böcker och med detta quiz blir det lättare att välja vilken bok just du borde läsa!

Vad gillar du för sorts böcker?

- A Böcker om företagsamhet.
- B Spännande romaner.
- C Historiska böcker.
- D Böcker som berör.

Vilket var/är ditt favoritämne i grundskolan?

- A Ekonomi
- B Samhällskunskap
- C Svenska
- D Biologi

Hur vill du helst att andra ska beskriva dig?

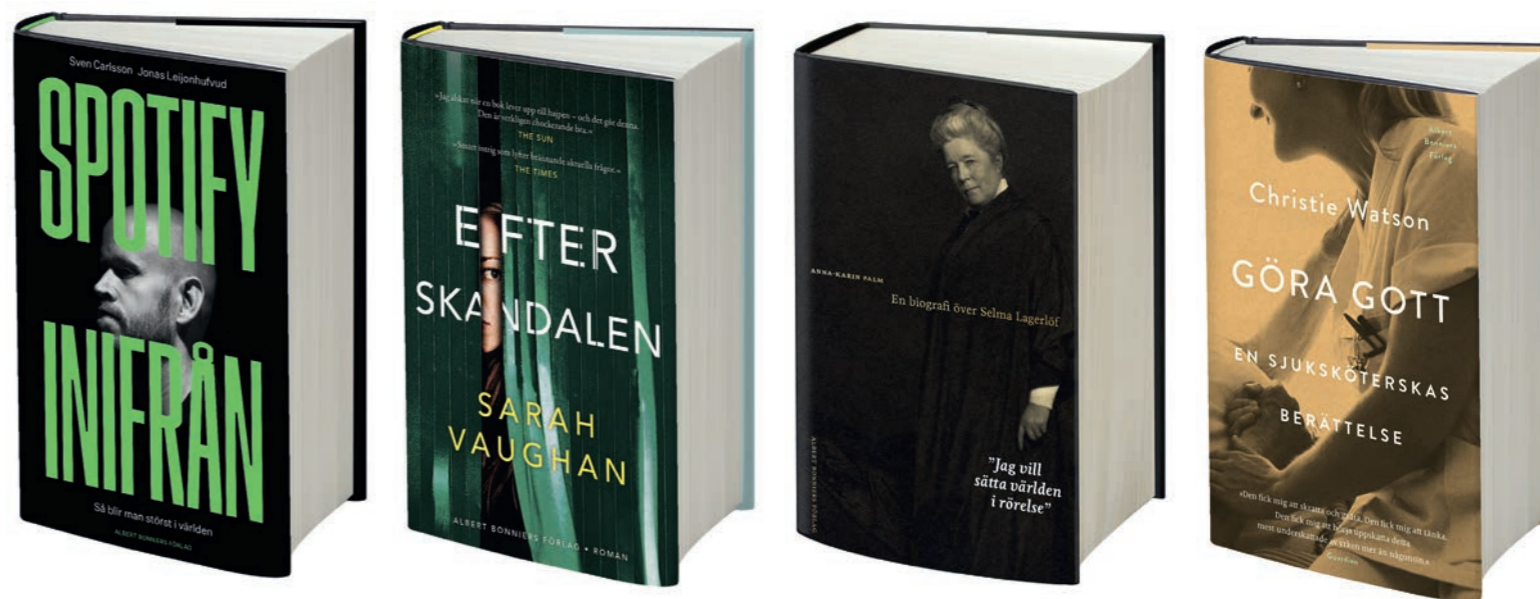
- A Rik
- B Vass
- C Inflytelserik
- D Betydelsefull för andra

Vad är troligast att du gör en fredagskväll?

- A Slipar på slogan för ditt UF-företags produkt.
- B Kollar ikapp missade avsnitt av veckans brott.
- C Skriver poesi, läser dikter och dricker te.
- D Packar väskan inför morgondagens volontäruppdrag i mitt engagemang för hemlösa.

Vilken bok låter mest lockande?

- A Så kan du bli rik på bitcoin: den kompletta snabbguiden till att investera i kryptovalutor
- B Flickan och skulden
- C Denna dagen, ett liv: En biografi över Astrid Lindgren
- D Lätta ditt hjärta, roman om människorna kring ett lasarett på 1950-talet



Flest A Spotify inifrån

Jonas Leijonhufvud och Sven Carlsson
Kommer ut: 3 maj

FÖRLAGETS BESKRIVNING:

PÅ DRYGT TIO år har Spotify räddat skivbolagen från piraterna, ritat om musikindustrin och fått självaste Apple att byta affärsmodell. Spotify inifrån skildrar en värld av intriger, hemliga avtal och uppköpsbud från bolag som Microsoft, Google och Tencent.

På vägen lierar sig Daniel Ek med Napsters Sean Parker och Facebooks Mark Zuckerberg. Boken avslöjar även detaljer om Spotifys mångåriga konkurrens med Apple.

Flest B Efter skandalen

Sarah Vaughan
Kommer ut: 14 maj

FÖRLAGETS BESKRIVNING:

EN UNG KVINNA anklagar en av ministerrarna i den brittiska regeringen för ett fruktansvärt brott. James Whitehouse är framgångsrik och omtyckt, med nära band till premiärministern. För frun Sophie kommer anklagelserna som en chock.

Hon är fast besluten om att skydda sin familj och det privilegierade liv de lever. Kate Woodcroft är en erfaren brottmålsadvokat, specialist på sexualbrott, och den som får uppdraget att driva fallet. Hon vet att rättskipning i praktiken handlar om vem som argumenterar bäst, men denna gång är hon övertygad om att James är skyldig och att han måste få sitt straff.

En roman som är lika delar äktenskapsdrama och rättegångsthiller, om mäns maktmissbruk och samhällselitens tystnad.

Flest C Selma Lagerlöf

Anna-Karin Palm
Kommer ut: 3 augusti

FÖRLAGETS BESKRIVNING:

FOLKKÄR OCH VÄRLDSBERÖMD, framgångsrik och hyllad. Men bakom den etablerade bilden av Nobelpristagaren och sagotanten på Mårbacka fanns en sökande, tänkande, älskande människa med stort frihetsbegär och djärva visioner.

Anna-Karin Palm skriver med författarens blick på Selma Lagerlöf och ser hennes idévärld och inre liv som grundval för hennes skapande. Hon berättar om vänskaper och kvinnokamp, tidens frågor och sammanhang. Författarlivets strider och tvivel träder fram, men också det starka självförtroendet och målmedvetenheten hos en kvinna som banade nya vägar, både i livet och i litteraturen.

Boken ger en levande och mångsidig bild av en författare som än idag förmår sätta världen i rörelse.

Flest D Göra gott

Christie Watson
Kommer ut: 14 maj

FÖRLAGETS BESKRIVNING:

GÖRA GOTT är en kärleksfull inifrånskildring av ett livsviktigt yrke. Christie Watson berättar personligt och medkännande om de erfarenheter hon samlat under sina tjugo år som sjuksköterska – från födsel till död, från akuten till långvården.

Vi får följa med när en orolig mamma för första gången vågar hålla sin för tidigt födda son i famnen. När akutlarmet går. Under plågsamt långa och komplicerade hjärtoperationer. Och vid det svåraste av allt, när ett barn har dött och den sörjande familjen ska ta farväl.

Make nästa Wordnummer great again

Det finns plats för dig i Wordredaktionen.* Hör av dig, bara. Skicka ett sms till **072 563 08 60** eller mejla word@tidningenword.se



tidningenword.se

* Om du är i gymnasieåldern

ANNONS

STIL
MODE

Stil

Av: Evelina Hammarin



Modeller

Jakob Fäldt, Felizia Karlsson



Modepylen

Skosnören

EN ACCESSOAR SOM lätt glöms bort är skosnöret. Vi är miljontals människor som varje dag bär skosnören utan att riktigt reflektera över dem eftersom de oftast smälter in i skons färger. Men varför inte piffa upp skorna med ett par schyssta snören?

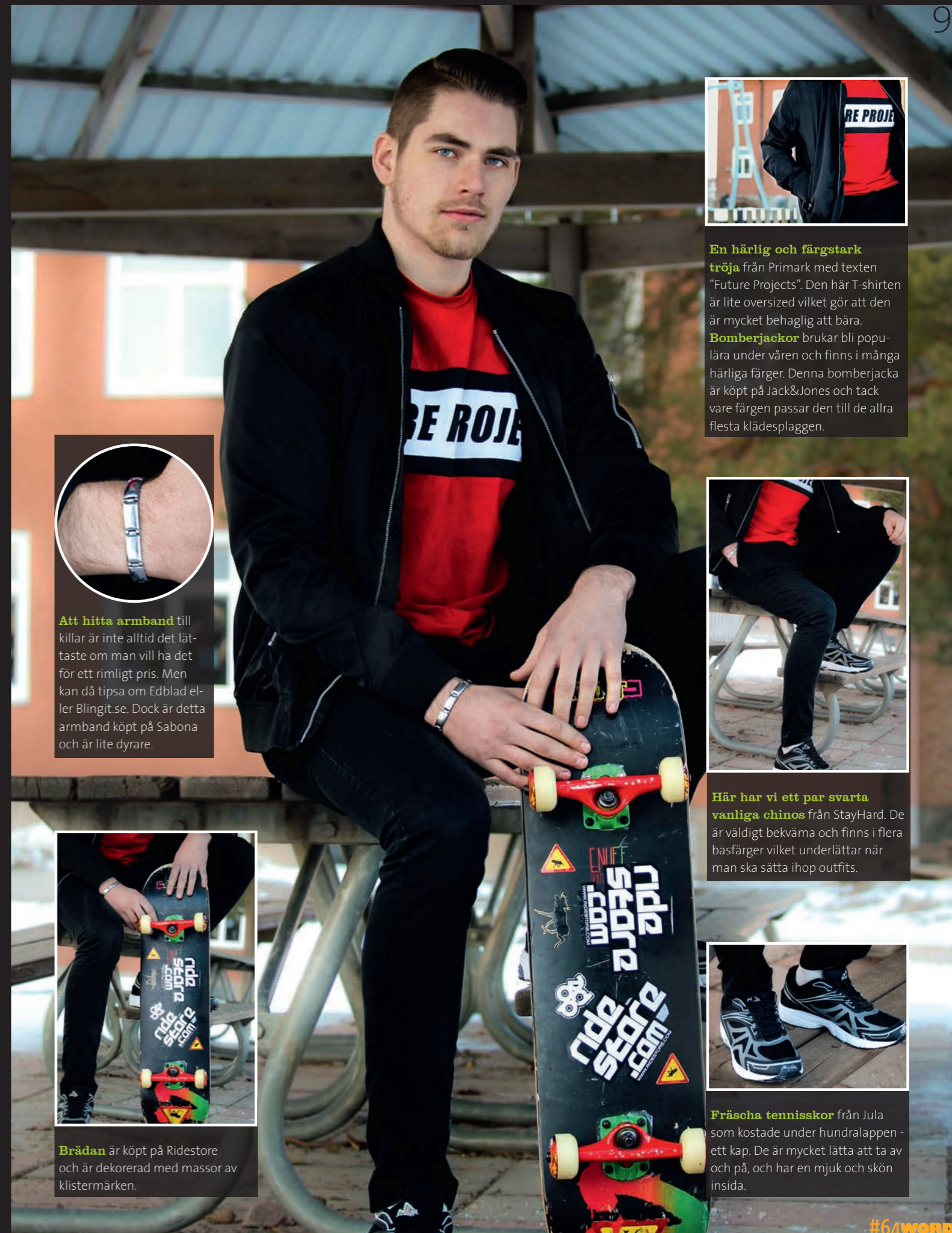
Skosnören finns i massa olika färger, mönster, storlekar, längder och tjocklekar. Det gör att man lätt kan hitta skosnören som passar just en själv och ens egna stil.

TheShoelacebrand är en hem-sida som säljer en mängd olika skosnören. De har olika material som silke, läder och sammet samt mängder med olika färger och mönster. På deras Instagram kan ni även få inspiration till hur man kan knyta skosnörena snyggt.

Skosnören kan faktiskt knytas på väldigt många olika sätt och man kan lyfta sin outfit ytterligare.

Text och foto: Evelina Hammarin

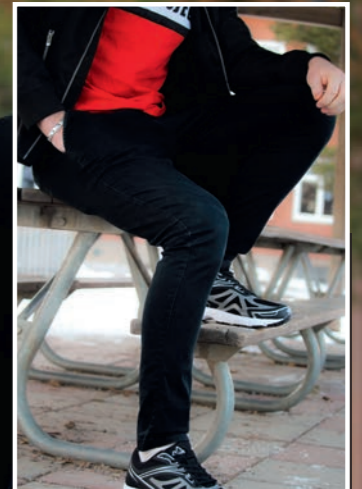
WORD #64



En härlig och färgstark tröja från Primark med texten "Future Projects". Den här T-shirten är lite oversized vilket gör att den är mycket behaglig att bära. **Bomberjackor** brukar bli populära under våren och finns i många härliga färger. Denna bomberjacka är köpt på Jack&Jones och tack vare färgen passar den till de allra flesta klädesplaggen.



Att hitta armband till killar är inte alltid det lättaste om man vill ha det för ett rimligt pris. Men kan då tipsa om Edblad eller Blingit.se. Dock är detta armband köpt på Sabona och är lite dyrare.



Här har vi ett par svarta vanliga chinos från StayHard. De är väldigt bekväma och finns i flera basfärger vilket underlättar när man ska sätta ihop outfits.

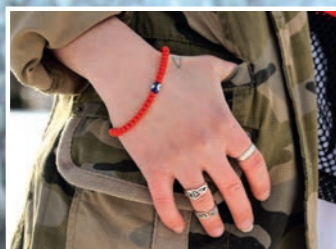


Brädan är köpt på Ridestore och är dekorerad med massor av klistermärken.



Fräscha tennisskor från Jula som kostade under hundralappen - ett kap. De är mycket lätta att ta av och på, och har en mjuk och skön insida.

#64word



Du känner säkert igen armbandet då det finns i varenda turistshop när man åker utomlands. De brukar finnas i massa olika färger och storlekar. Just det här är köpt i Turkiet. Majoriteten av ringarna kommer ifrån H&M.



Camouflagemönstret har länge varit poppis och trenden verkar fortsätta – så varför inte införskaffa sig denna snygga jacka från H&M?



Det här är ett par mycket bekväma och snygga tennisskor från Footish. Passar till lite coola streetstyle outfits, likväl till en tajt snygg klänning. Finns i flera olika basfärger vilket gör det enkelt att styla dem.



Ryggsäckar finns i alla möjliga storlekar, modeller och färger. Just den här går att köpa på Stadium för en rimlig peng och rymmer en hel del. Perfekt som skolväska eller gymväska.

Bandana är något som kommer och går i vågar, men nu till våren verkar de bli populära igen. Anningen kan man knyta dem som på bilden eller så kan man knyta dem runt själva hårknuten. Trenden att knyta dem på väskor ökar också. Den här bandanan kommer ifrån Sulas MC.

Smycken: Här har vi lite blandade smycken från Ur&Penn och Glitter. Stora örhängen eller coola halsband kan verkligen liva upp vilken outfit som helst, så det är ett hett tips.



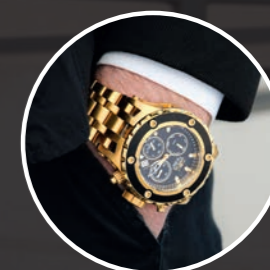
Den svarta nättröjan är från Monki och är väldigt "see through" därför valde vi att ha ett linne från NewYorker under. Nättröjan är sportig, något som är väldigt hett i modevärlden just nu. Den sitter även ganska pösigt vilket gör att den är mycket bekväm och enkel att slänga på.

Det snygga bältet köptes på H&M för något år sen och har en väldigt härlig färg. Vi valde att bara knyta det runt midjan för att få lite attityd på outfiten, men det gör man som man vill.

De riktigt sköna mjukisbyxorna kommer från en second-handbutik här i Uppsala. Vill gärna uppmuntra fler att våga handla second hand. Det sliter väldigt mycket på både miljön och plånboken att alltid köpa nytt.



En ball Vans-tröja som även den är ifrån StayHard. Den sitter lite tajtare än en vanlig tröja vilket gör att ens konturer framhävs på ett tjuvigt sätt. Här har vi samma bomberjacka som visas på den tidigare outfiten. Men då kan man se att den passar både till streetstyle och lite mer upplått.



Klockor är en accessoar som både är snygg och nödvändig. Tack vare att det finns så himla många modeller, storlekar, färger och utseenden så finns det en klocka för alla. Just den här klockan är av märket Invicta och kommer ifrån urret.se.



Ett par svarta skor från StayHard. De är ganska enkla och enkla men samtidigt stiliga.



Chinos sitter lite pösigare än jeans och kan vara sköna att bära nu när temperaturen stiger utomhus. De här är köpta på MQ för några år sen.



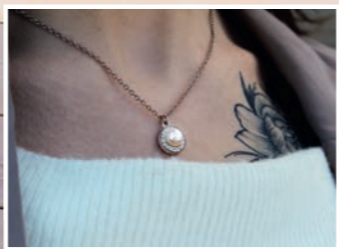
Solglasögon kan man nästan ha året om och kan bäras på många olika sätt. Man kan ha dem för ögonen (som dom är till för), i håret eller i tröjans V-ringning. Hur många olika modeller det finns på glasögon är nog oräkneligt - vilket gör att det finns ett par för alla. De här glasögonen är köpta på Primark förra året.



Här har vi en vit, stickad, offshoudertröja från H&M. Man kan aldrig ha för många stickade tröjor då det är något av det mysigaste man kan bära. Eftersom våren här i Sverige kan vara lite kylig så kan en stickad tröja hjälpa dig att hålla värmen.



Här har vi ett par rutiga kostymbyxor som är köpta på Monki. Kostymbyxor är väldigt poppis och finns att hitta i nästan varenda butik i massa olika former och färger. Dessa lite luftigare kostymbyxor passar mycket bra nu till våren.



Ett stilrent halsband med en enkel silverkedja och en liten pärla. Varianter på denna kan man hitta lite överallt men just den här är ifrån Glitter



Intresset kring bälten/skärp verkar växa mer och mer och de finns nu i många olika former, färger och tjocklekar. Ett snyggt bälte kan piffa upp en hel outfit om man lyckas hitta rätt. Skärpet på bilden är köpt på Helping hand.



Ett par snygga svarta klackar från Skopunkten. Svarta klackar passar till nästan allt och just Skopunkten brukar ha många snygga för mycket bra priser.

Så funkar det



Edvin Lennmyr

De flesta vet nog att EU är ett samarbete mellan de flesta länderna i Europa, och att Sverige är med. Men hur funkar EU? Vi reder ut det.

EU – vad är det?



DEN GRUNDLÄGGANDE IDÉN bakom den Europeiska Unionen är väl hyfsat känd. Man vet att det är ett slags samarbete mellan flera länder i Europa och att Sverige påverkas av det.

Men mer konkret då? Vilken verksamhet bedriver egentligen den Europeiska Unionen? Och vad vill medlemsländerna uppnå?

Översiktligt kan man säga att det är ett frivilligt samarbete mellan 28 länder i Europa. Det fundamentala syftet med unionen är att länder frivilligt ska lämna över delar av sin högsta politiska makt för att tillsammans försöka nå gemensamma mål, som inget av länderna skulle kunna uppnå på egen hand.

HUVUDSAKLIGEN HANDLAR DET om att främja fred i och utanför EU, jämlikhet, demokrati och ländernas välfärd. Man vill skapa ett område där aktörer och medborgare kan uppleva säkerhet och rättträdighet och således försöker EU att i så stor utsträckning som möjligt avskaffa inre gränser och skapa fri rörlighet för kapital, tjänster, varor och människor.

Ett stort politikområde inom EU är även den Gemensamma Utrikes- och Säkerhetspoliti-

ken, förkortat GUSP, ett samarbete vars huvudsakliga syfte är att EU-länderna ska kunna agera tillsammans i utrikespolitiska frågor och på så sätt vara mer kraftfulla än de skulle ha varit på egen hand.

EU-medlemskapet har ett pris. Samtliga medlemsländer är skyldiga att betala avgifter till EU och är tvungna att applicera EU-lagstiftningen, en lagstiftning medlemsländerna gemensamt beslutar om, i sin egen lagbok.

Sammanfattningsvis kan man säga att EU onekligen är ett mycket komplicerat samarbete med både för- och nackdelar, lite beroende på hur man väljer att se på det och hur EU kommer att utvecklas i framtiden är svårt att förutsäga.

EU

Politiska ledare för unionen är Donald Tusk och Jean-Claude Juncker

Det bor 513 miljoner personer i unionen
Officiell valuta är euron

Högsta punkt är Mount Blanc
Största sjön ligger i Sverige och är Väneren

Vill du fira Europadagen så ska du passa på den 9:e maj

Vad vill du ändra på, berätta eller få hjälp med?



Barnombudet i Uppsala län För barn och unga i Uppsala sedan 1988

018 69 44 99

boiu@boiu.se

gillaboiu

boiu.se

Värna om naturen – välj bioenergi



Skriv till debatt@tidningenword.se

DEBATT

Bioenergi är en naturvänlig metod till skillnad från många andra energikällor som påverkar miljön negativt.

BIOENERGI UTNYTTJAR ENERGIN som finns i träd och växter för att skapa energi. Här i Sverige används oftast rester från skogsavverkningar, men avloppsslam är också vanligt. När avfallet ruttnat används det för att skapa biogas.

DET ÄR VÄLDIGT miljövänligt att använda sig av avloppsslam eftersom det är en produkt som redan finns, vi använder de resurser vi har utan att förstöra något.

Självklart räcker inte avloppsslam till att försörja hela Sverige med energi, det är därför vi använder oss av avfallet från skogsavverkningar.

Vid nedbrytningen av avfallet bildas det gas som innehåller kemisk värmeenergi. Det förs till kraftvärmeverk där det förbränns vilket leder till att det frigörs värmeenergi.

Värmen från energin används för att värma vatten som förångas. Ångan används sedan för att driva en turbin som i sin tur driver en generator. Det är ett mycket säkrare tillvägagångssätt än att exempelvis använda sig av kärnenergi.

I HISTORIEN SYNS det tydligt med exempelvis Tjernobyli att kärnkraftverk är mycket farliga, olyckan år 1986 påverkar människor än idag.

När ångan kondenseras kan vattnet återanvändas för att

värma annat vatten i värmeväxlare. Det vattnet skickas sedan till hus för uppvärmning och kallas för fjärrvärme.

Det är positivt att kunna återanvända vattnet och inte slösa på resurserna. Vi behöver återanvända resurserna som vi har, därför är bioenergi den bästa energikälla som finns.

Det behövs inte nytt material till allt, det behövs ett nytt mål. Ett mål att göra Sverige miljövänligt tillsammans.

De koldioxidutsläpp som sker vid förbränningen tas

upp av den skog som sedan planteras efter avverkningen. Det innebär att de utsläpp som sker, kommer omvandlas genom fotosyntesen och därför inte bidra till den globala uppvärmningen.

BIOENERGI ÄR EN naturvänlig metod till skillnad från många andra energikällor som påverkar miljön negativt. Ett exempel är vattenkraftverk som förstör många ekosystem i älvar.

Det leder till att fiskar dör ut och vi kommer behöva konsumera annan sorts mat än fisk vilket kan öka konsumtionen av nötkött.

Biogasen kan dessutom vara framtidens bästa drivmedel till bilar, studier visar att en bil som drivs på biogas släpper ut upp till 90% mindre avgaser

Miriam Westerberg

Vi behöver återanvända resurserna som vi har, därför är bioenergi den bästa energikälla som finns. Det behövs inte nytt material till allt, det behövs ett nytt mål. Ett mål att göra Sverige miljövänligt tillsammans.

Vad tycker du?

Skriv till vår debattsida på debatt@tidningenword.se.

Har du, precis som många andra unga, någon gång tänkt på att sommaren kan bli onödigt långtråkig? Bristen på rutiner blir till lathet, månaderna blir till dagar och plötsligt är det en vecka kvar till skolan börjar igen. Känns det igen? Skaffa ett sommarjobb!

Hitta det perfekta sommarjobbet

Text: Matilda Granberg

Ge aldrig upp. Du kanske blir nekad jobb på de 10 första jobbansökningarna, men det finns arbetsplatser som kommer vilja anställa dig. Fortsätt söka!

Skriv ett CV

ETT CV BÖR vara tydligt och relevant. Ta gärna hjälp, det finns en bra mall på cvmallen.se. Där hittar du vad som kan vara bra att ha med och eftersom många unga inte har mycket arbets erfarenheter skulle jag rekommendera att även skriva om du har praoat på något ställe.

Även sporter och andra fritidsaktiviteter är bra att ta upp, så länge du kan beskriva användbara lärdomar och hur du kan ha användning av detta inom arbetet. Engla rekommenderar även att beskriva dig själv ganska kort och allmänt, ta upp dina bra egenskaper och vad andra har sagt att du är bra på, var inte rädd för att ta i.

Se även till att de arbetsgivare du har haft i eventuella arbeten som du anger i ditt CV, kan intyga att du har arbetat där och var beredd på att arbetsgivaren kan vilja ha ett personligt brev.

I ett personligt brev beskriver du dig själv mer ingående

och tar upp egenskaper som är passande för. Tänk då utifrån arbetsgivarens perspektiv och vad du tror hen söker hos dig.

Hitta jobb

DETTA ÄR OFTAST ganska svårt, men med envishet och rätt tillvägagångssätt går det.

Börja med att skriva ut ditt CV och dela ut det till caféer, restauranger, butiker osv. Om du är under 18 år kan det vara svårare, men ge inte upp bara för det.

Gå gärna till ställen nära dig, där arbetsgivaren känner till dig. Ännu bättre är att söka jobb där du tidigare har praoat eller. Kolla även på hemsidor och i tidningar efter jobbannonser.

Många söker sommarjobb i sista sekunden och därför kan det vara bra att veta vilka

företag som vill anställa unga, specifikt under sommaren.

Ett perfekt sådant exempel är Rookie Startups. Det är ett företag där du som ungdom får möjligheten att starta ditt eget företag under 4 veckor. Du får ett startbidrag på 2000kr för att skapa din egen verksamhet. Det krävs inga tidigare erfarenheter eller idéer.

Några populära idéer är att anordna ett evenemang, såsom utomhusbio, teater, konsert osv. Även försäljning av kläder, mat eller fika är populära idéer.

Den lön du får är vad du tjänar på ditt företag/verksamhet och du ansöker genom hemsida rookiestartups.se.

Arbetsintervju

OM DU HAR hört av dig till ett ställe som visar intresse och kallar till arbetsintervju, är det

viktigt att du visar din bästa sida för att ge ett bra första intryck.

Börja med att läsa på lite om vad är det för ställe och tänk efter vad du tror att arbetsgivaren söker för person, välj vilka sidor du vill visa. Kom förberedd till intervjun med rena kläder och ett leende på läpparna.

Avtal!

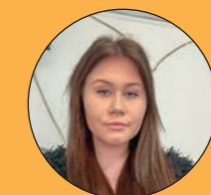
DETTA ÄR MYCKET viktigt! När du har fått ett jobb måste du be om att få skriva på ett anställningsavtal, där du försäkras gällande eventuella skador och lön.

Utan ett avtal har du inget bevis på att du arbetar där och därför kan du inte försäkra dig om att du får betalt. Det är också viktigt att du känner dig trygg på platsen.

Det är lättare sagt än gjort för många att hitta ett sommarjobb med rimlig lön, bra arbetsförhållanden i en trivsamt och trygg miljö, som dessutom är roligt, men det är inte omöjligt och det är definitivt värt mödan.

ENGLA LUNDBERG SOM går på Lundellska skolan i Uppsala har lyckats få ett sommarjobb som hon är nöjd med. **Varför är då ett sommarjobb den bästa lösningen på långsamma sommar dagar, Engla?**

– Ett sommarjobb medför rutiner där du måste befinna dig på en plats vid en bestämd tid och göra



maren?

Eftersom Engla får med sig nya

de arbetsuppgifter du tillges. Och vem behöver inte lite extra pengar under som-

erfarenheter och kunskaper från sommarjobbet har hon mycket att skriva på sitt CV och även om stället du sommarjobbar på inte kan erbjuda dig möjligheter till ett framtida heljobb, är det bra att skriva på ditt CV att du har sommarjobbat.

Testpatrullen



Utbudet av gym är stort och kanske förvirrande. Lugn, vi har undersökt vad som finns på några av dem och listar plus och minus.

TEXT OCH FOTO
Miriam
Westerberg

TEXT OCH FOTO
Amanda
Tångring

Gymkoll



Actic

Säbygatan 5

Åldersgräns: 16 år för eget kort

Kostnad: 599 kr/månad med tillgång till alla Actics lokaler i Uppsala.

Utbud: Ett stort varierat utbud med ett stort antal av dem alla. Det som går att gnälla på angående utbudet är att löpbanden stod väldigt nära varandra, vilket innebär om någon skulle ramla av skulle de åka rakt in i nästa löpband. Aj.

Omklädningsrum: Fräscha och stora. Det finns även bastu vilket ger ett plus i kanten, men ett minus är att det finns toalettbas som gör att vistelsen blir mindre privat.

Stämning: Det är en lugn stämning och trots några vältränade kändes det som att vi passade in. Personalen är trevlig och finns alltid till hands.

Lokaler: Lokalerna är fräscha, stora och öppna. Det finns även rum att låna för exempelvis dans.

Tjejjym: Befintligt, men betydligt mindre utbud



Friskis & Sveltis

Väderkvarnsgatan 16

Åldersgräns: 12 år för att ha gemensamt kort med vårdnadshavare, 16 år för att skaffa eget gymkort

Kostnad: Autogiro 240 kr/mån

Utbud: Stort utbud och väldigt öppet, men väldigt litet antal av maskinerna.

Omklädningsrum: Rymligt men duscharna var väldigt öppna och luktade illa

Stämning: Bra stämning men väldigt många människor. Personalen är hjälpsam och trevlig.

Lokaler: Fräscha, öppna, men väldigt små. Finns dock yogassal

Tjejjym: Inte tillgängligt



Fitness 24 Seven

Bangårdsgatan 9

Åldersgräns: 18 år

Kostnad: 199 kr/mån

Omklädningsrum: Fräscha men väldigt små.

Stämning: Bra stämning dock mindre mängd kvinnor i lokalerna

Lokaler: Det finns flera lokaler som är ganska små, men för ensam träning är de perfekta. Om du har svårt att hitta runt i lokalerna, var inte rädd att fråga om hjälp.

Utbud: Ett mindre utbud av maskiner, men det fanns tillräckligt för att träna hela kroppen. Det finns ett stort utbud av vikter och löpband men ett mindre utbud av andra maskiner. För egen träning är gymmet perfekt, men det är inget gym för att träna i grupp.

Tjejjym: Befintligt med ett stort utbud och bra stämning (se stora bilden ovan).

Vem gynnas av din feminism?

FEMINISM. MEN VEM gynnas av din feminism? Även om de inte längre borde vara överraskande så blir jag ibland chockad över uppdelningen inom feminism. Jag stöter för ofta på människor som förespråkar kvinnors lika behandling utan att någonsin nämna etnicitet. Jag stöter för ofta på människor som talar om ojämlikheter mellan män och kvinnor men knappt talar om de ojämlikheter som finns inom det kvinnliga könet. Vi glömmer för ofta att vår feminism bör vara Intersektionell, att vi måste acceptera och se de identitetsskillnader som finns.

Att vara en del av den feministiska rörelsen betyder att vi alla kämpar samma kamp men att vi alla inte har samma vapen.

Vad betyder det här konstiga ordet ”intersektionalitet” och varför ska vi bry oss om det? Intersektionalitet är tanken att feminism inte är en ”one size fits all” rörelse. Intersektionell feminism är uppmärksam på att det finns ett flertal typer av människor som upplever olika former av diskriminering på grund av etnicitet, inkomst, sexuell läggning och mer. Denna typ av feminism lyfter fram det faktum att inte alla människor är vita medelklass människor och att vi måste kämpa för jämlikhet för alla, inte bara vissa.

VÅRA ETNICITETER, VÅRA kön, våra sexualiteter, våra socioekonomiska statusar är inte oberoende av varandra. Faktum är att de i själva verket är knutna till varandra. Att vara en kvinna av färg, en kvinna med marginaliserad sexualitet, en kvinna med låg socioekonomisk status eller att vara en kombination av dessa, gör livet och de krav samhället ställer på oss, ännu svårare.

En invandrarkvinna av färg kan till exempel behöva hantera inte bara sexism, utan även rasism under sin livstid. Detta är något som en vit kvinna från en privilegerad bakgrund aldrig kommer att uppleva.

Som en kvinna med flera marginaliserade identiteter behöver man Intersektionell feminism. Det krävs att fler människor förespråkar mer än bara jämställdhet mellan könen, men även inom. Om vi i samhället endast kämpar för jämställdhet mellan könen så åstadkommer vi inte så mycket som vi potentiellt kan.

VI MÅSTE KÄMPA för Intersektionell feminism. Vi måste inse att det inte räcker att kämpa för en typ av rättvisa över en annan. Som kvinnor måste vi bli bättre. Vi måste kräva mer för inte bara oss själva, men också för varandra.

Hadja Mehanna

om intersektionell feminism



Kulturprofilen

Engagerad

Namn: Leonardo Wilhelm DiCaprio
Ålder: 44 år
Är: Skådespelare

THE WOLF OF Wall Street, The Revenant och vem kan glömma Titanic? Det är några av alla filmer Leonardo DiCaprio har skådespelat i. Han är en av världens mest kända manliga skådespelare, men trots det är det inte alla som vet om hans stora engagemang för miljön.

År 1998 skapade Leonardo sin egna fond vid namnet The Leonardo DiCaprio Foundation. Fonden skapades för att skydda vilda naturområden. Hans fond har hjälpt till att finansiera över 200 projekt genom att bidra med över 80 miljoner dollar sedan 2010.

Ett stort antal utrotningsshotade djur får skydd med hjälp

av de bidrag som samlats in. Fonden gör stor skillnad, men det gör även Leonardo DiCaprio. Han ägnar en stor del av sitt liv åt att hjälpa till med de projekt som pengarna går till, och sprider information om dem via sociala medier. Mer om hans projekt går att hitta på Instagram – @leonardodicaprio och Twitter – @LepDiCaprio.

FÖR SITT STORA engagemang och de framsteg som hans fond har gjort, fick Leonardo priset Clinton Global Citizens Award år 2014. Trots de framsteg som gjorts har han inga planer på att sluta rädda planeten.

Hans skådespelarkarriär sätter inte stopp för hans passion att värna om miljön.

Text: Miriam Westerberg
Foto: Fox movies

Film



CAPTAIN MARVEL

10!

Superbra superhjultefilm

ÄNDA SEDAN DET offentliggjordes att Captain Marvel skulle få en solofilm har världen gått och väntat i spänning. Nu är den här! Bakom filmen står film- och serietidningsjätten Marvel. Captain Marvel spelas av Brie Larson.

Den utspelar sig på 90-talet och handlar om Carol Danvers, en invånare på planeten Kree. Hon har krafter som gör att hon kan skjuta energi ut ur sina händer.

Hon är en Kree-soldat och får följa med på ett uppdrag

för att rädda en av grannplanterna som blivit invaderade av Skrull, varelser som kan ändra form till alla som dom sett. Skrullen kan till och med prata som den som den tar form av. Carol/Vers hamnar under uppdraget på jorden där hon inser att hon kan ha haft ett tidigare liv.

FILMEN VAR SUPERBRA, en av de bästa filmerna Marvel gjort hittills. Det var mycket girl power genom hela filmen, men på ett diskret sätt. Den innehåller

humor, spänning, många olika plot-twists och ett spännande slut, precis som en Marvelfilm ska.

Mängden fightsscener var lagom, de tog inte över filmen, och man glömde aldrig att det var en superhjultefilm. För dig som sett andra Marvelfilmer blir det ett kärt återseende av några karaktärer men också många nya spännande karaktärer som man längtar efter att få följa.

Captain Marvel förklarar även andra saker som hänt i

Marvelfilmer, bland annat vad som hände med Nick Furys öga.

Det har varit mycket kritik riktad mot filmen innan premiären, men jag rekommenderar alla att titta på filmen oavsett vad kritiken säger.

Filmen var fantastisk, från början till slut.

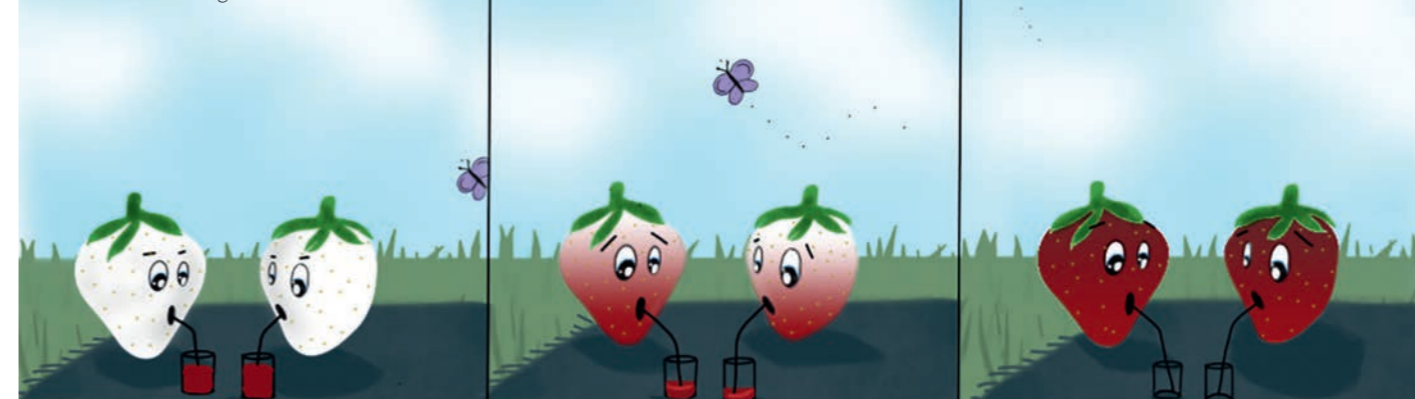
Om du bestämmer dig för att se den, sitt kvar till eftertexten rullat klart, det finns en extrascen du missar annars.

Amanda Tångring

Foto: Marvel

Serie

Av Miriam Westerberg



Word

Av unga, för unga i Uppsala.

Ända sedan du
gick i lågstadiet.

Var med och gör tidningen du också.

Skicka ett sms till [072 563 08 60](tel:0725630860)
eller mejla word@tidningenword.se

tidningenword.se

