

# SHOO

9093



UET DU ENS  
VAD BROR  
BETYDER?

NORA  
KHALIL

” DET BLEV SOM EN  
HYLLNING TILL ALBY

SÅ MINNS VI

ADRIANA

VÄNNERNA BERÄTTAR

Quiz

VILKEN HÄRFÄRG ÄR DU?



# Hemma i Botkyrka

# Innehåll

**E**n ovanligt varm juni har inte stoppat detta års upplaga av Shoo.

Tidningen produceras av unga från Botkyrka i olika åldrar och med olika intressen. Vi har jobbat hårt under tre intensiva veckor och lyckats få ihop den fantastiska tidning du nu håller i din hand.

Shoo finns till för att ge ungdomar chansen att sprida sina egna berättelser och tankar, inom och utanför Botkyrka.

Vi är från Botkyrka. Det här är vår egen bild av vårt hem. Därför är årets tema för Shoo "hemma".

Tidningen är full av känslöväckande artiklar om det vi brinner för. Allt från intervjuer med intressanta personer, till krönikor om de ämnen som är allra viktigast för oss unga i dag.

Vi pratar om tunga ämnen: gatuvåld, psykisk ohälsa, klimathotet och hur det angår oss unga.

Men också: fotoreportage från våra egna ögon, dikter och noveller om kärlek och inte minst extremt roliga quiz.

För många på redaktionen har det varit en helt ny upplevelse, men också extremt lärorikt. Det har inte varit likt andra sommarjobb, eftersom det är vi som har fått styra processen. Men vi hade inte kunnat göra det utan den otroliga handledningen vi fått från Fanzingo, som hjälpt oss utveckla vårt skrivande och vår journalistik.

Det här är vår röst. Tack för att du har plockat upp Sveriges viktigaste tidning. Hoppas att du tycker om den, och att våra tankar kan nå just dig.

Redaktör Shoo:  
**EMIL ARVIDSON**

Projektledare och handledare:  
**SARA WALL OCH LUIS LINEO**

Handledare:  
**MOA ISHIZAKI**

Formgivare:  
**SIMON GRAF OCH SIRI HAGERFORS**

Omslagsbild:  
**NORA KHALIL, FOTAD AV  
LINNÉA TAMMERÅS**

Utges av:  
**STIFTELSEN FANZINGO,  
MED STÖD AV BOTKYRKA KOMMUN**



Foto: Jorge Olivares Rivas

2. Ledare
3. Innehåll
4. Redaktionen
6. Då förstod jag
8. Så minns vi Adriana - vännerna berättar
12. Det var droppen!
14. Var realistisk, säger de.
16. Skolstressen tar kål på dagens ungdomar!
17. Mitt inre jag
18. Fun Facts om havet
20. Hur kommer man i mål om man inte hittar startlinjen?
22. 5 saker du borde veta om internet
24. Det regnar i juni
26. Quiz: Vilken hårfärg rockar du?
27. Skolan som ett andra hem
28. Vad är nästa steg?
30. Så fann Nora Khalil sin röst
32. Ska könet få avgöra?
34. Fritid i Botkyrka
36. Vet du ens vad bror betyder?
38. Från Shoo till teaterscenen
40. Slutet med sin bästis-festis
41. Ny i klassen
42. Varför är alla rädda för min hund?
44. Längtan, sorg och glädje i en melodi
45. Mitt hem
46. Musik är för öronen, eller?
48. Gamla shoos - var är de idag?
49. Alla vill ha dina kakor - men vad är en kaka?
50. Så arbetar man med film: regissören Valentina berättar
52. Botkyrkas unga tycker till om klimatkrisen
54. Något man känt
55. Jag kände inte igen mig i den teater som fanns



# REDAKTIONEN

1. SÄG ETT ORD SOM BESKRIVER FANZINGO  
2. OM DU FICK LEVA I EN FIKTIV VÄRLD, VILKEN SKULLE DET VARA?



SAGA HOLMQVIST • 16 ÅR • TULLINGE  
1. LÄROBOK 2. ALICE I UNDERLANDET



LUIS UNED • 47 • ÄLVSTJÖ  
1. MENNESKLUFT 2. SHAM DA DEN NORSKA UNGDOMSSERIEN



LEO WIGGERUD • 17 ÅR • TULLINGE  
1. ENERGIRIKT 2. INTERSTELLAR



MDA ISHIZAKI • 26 ÅR • GÄRDET  
1. MÖTEN 2. WHAT WE DO IN THE SHADOWS



VICTORIA BITAR • 16 ÅR • NORSBORG  
1. NYTT 2. WINN CLUB



EMIL ARVIDSON • 44 ÅR • BREDÅNG  
1. JOURNALISTIK 2. AVATAR 2



SARA WALL • 51 ÅR • HALLUNDA  
1. BERÄTTARELÄDJE 2. MUMINDALEN



CYNTHIA KORIE • 17 ÅR • NORSBORG  
1. FRAMTIDSVÄCKANDE 2. NEPTUNUS



SANDY AL-SOUHELI • 16 ÅR • HALLUNDA  
1. SOCIALT 2. DISNEY



TINDRA LENNGREN • 16 ÅR • VÅRSTA  
1. INTRESSANT 2. TRUE BEAUTY



MELVIN MAGNUSSON • 16 ÅR • VÅRSTA  
1. LÄROBOK 2. GTA



DILUCHI ANOCHIAM • 16 ÅR • ALBY  
1. UNIKT 2. BARBIE



TEDDOR FORSBERG • 16 ÅR • TUMBA  
1. INBJUDANDE 2. GTA



MONA AHCHOHUCH • 16 ÅR • ALBY  
1. MÖJLIGHETER 2. BRING IT ON



AMELIA KRZYWONS • 17 ÅR • ALBY  
1. SPÄNNANDE 2. BARBIE



TINDRA LENNGREN • 16 ÅR • VÅRSTA  
1. INTRESSANT 2. TRUE BEAUTY



EMMA LUNDIN • 17 ÅR • TUMBA  
1. FANTASIFULLT 2. NARNIA



HALLEWJAH ASSEFA • 16 ÅR • NORSBORG  
1. FANTASTISKT 2. DISNEY/ASKUNGEN



ALEXANDER BOJIC • 17 ÅR • HALLUNDA  
1. LÄROBOK 2. NINJAGO



MUHAMMAD ALI • 16 ÅR • ALBY  
1. ROUGT 2. POKÉMON



JOSE HUANCA • 16 ÅR • TUMBA  
1. FANTASTISKT 2. FIFA



ISSA CHORBA • 17 ÅR • ALBY  
1. UNDERHÅLLANDE 2. DRAGON BALL



MINNA LÖKVIST • 16 ÅR • TULLINGE  
1. APPLÅDER 2. HARRY POTTER



NOVA KHAN • 16 ÅR • TUMBA  
1. SUVERÄNT 2. SPIDERMAN: ACROSS THE SPIDER-VERSE



# DÅ

TEXT: AMELIA KRZYWONOS

# FÖRSTOD

# JAG

*"En vän till mig hade skrivit att Adriana är död. Jag trodde såklart inte på detta och tänkte att Adriana bett dem skriva så till mig för att skoja. Men efter några minuter insåg jag att det inte var ett skämt."*

Adriana var en nära vän till mig. Första gången jag träffade henne var vi ute och spelade "bordspingis", som vi kallade det. Det är när man kör pingis med en fotboll. Hon skröt direkt om att hennes pappa var en vakt, och jag som var ung och dum trodde hon menade en vaktmästare i hennes skola. Då blev hon inte glad.

Efter detta började vi hänga allt mer och bildade en liten grupp med två andra tjejer. Vi hängde nästan varje dag så fort det blev varmt ute och om det var kallt pratade vi ofta i appen "Houseparty". Det var också där jag hörde Adrianas röst för sista gången.

Natten till den första augusti pratade jag och Adriana. Hon hade glömt bort att jag hade rest till Mallorca och frågade om jag kunde kasta ner nudlar från balkongen för att hon var hungrig. Det kunde jag såklart inte göra, men vi fortsatte att prata.

Den andra augusti skulle jag åka hem. Jag satte mig på flyget som skulle lyfta om några minuter. När jag tog fram min mobil för att sätta på flygplansläge kom en notis upp från Aftonbladet, "15-åring ihjälskjuten i Hallunda". Jag tänkte inte så mycket på det, eftersom jag inte kände någon 15-åring som bodde i Hallunda. Jag satte på flygplansläge utan att gå in på artikeln.

När jag landade på Arlanda några timmar senare tog jag upp min mobil medan vi väntade på vårt bagage. Det första jag gjorde var att öppna Snapchat där jag hade fått massor av meddelanden. En vän till mig hade skrivit att Adriana är död. Jag trodde såklart inte på detta och tänkte att Adriana bett dem skriva så till mig för att skoja. Men efter några minuter insåg jag att det inte var ett skämt. Jag sa detta till min mamma och bonuspappa, fortfarande i tron om att detta var ett skämt. Min bonuspappa gick då in på "världens pålitligaste källa" - forumet Flashback. Där stod det att flickan hette Adriana. När han läste upp det från sin telefon bröt jag ihop på plats. Först då förstod jag vad som hade hänt.



# Så MINNS VI ADRIANA -

TEXT OCH ILLUSTRATION: AMELIA KRZYWONOS

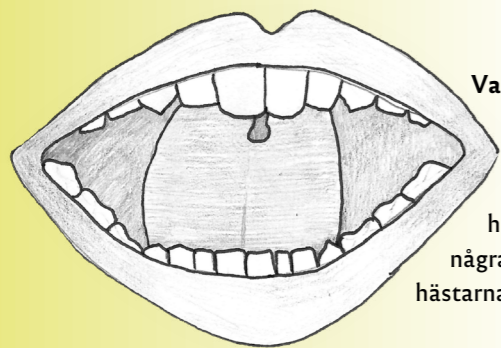
Vad heter du?  
- Melisa Yilmaz

Hur gammal är du?  
- 16 år

Var bor du?  
- Norsborg, Slagsta

Hur kände du Adriana?  
- Jag och Adriana var barndomsvänner. Vi gick i samma klass under mellanstadiet. Vi hade många gemensamma vänner vilket innebar att vi oftast umgicks i Alby tillsammans.

Hur minns du henne?  
- Jag minns min Addi som den starkaste personligheten i min omgivning. Hennes personlighet glödde över oss alla. Adriana lyckades alltid förvandla någons värsta dag till den bästa. Hon såg alltid till att allt skulle vara rätt.



Vad är ditt bästa minne?  
- Jag har inget specifikt favoritminne då det är så många men kanske när hon följde med mig till stallet några gånger för att pyssla med hästarna.

Varför har du inte varit med i intervjuer tidigare?  
- Jag har känt mig utnyttjad kring det. Att sätta ett traumatiserat barn framför en gigantisk kamera med följdfrågor kring mordet är hemskt. Det jag fick uppleva hoppas jag inget annat barn behöver gå igenom. Det var nästan mer traumatiskt att jag blev tvungen att tala till kameran med tårfyllda ögon under några tv-inspelningar, än att bearbeta hennes bortgång.

Varför vill du vara med nu?  
- Eftersom att folk ska förstå och inse varför vi bearbetande närstående oftast håller oss tysta. Innan kände jag mig skyldig till att alltid offentligt yttra mig

om Addi, men med tiden insåg jag att det kanske inte var rätt val. Jag märkte från många håll att jag varit utnyttjad av media. Vilket ledde till mer sorg. Nu har jag chansen att visa min synvinkel på vad som sker bakom alla artiklar och intervjuer.

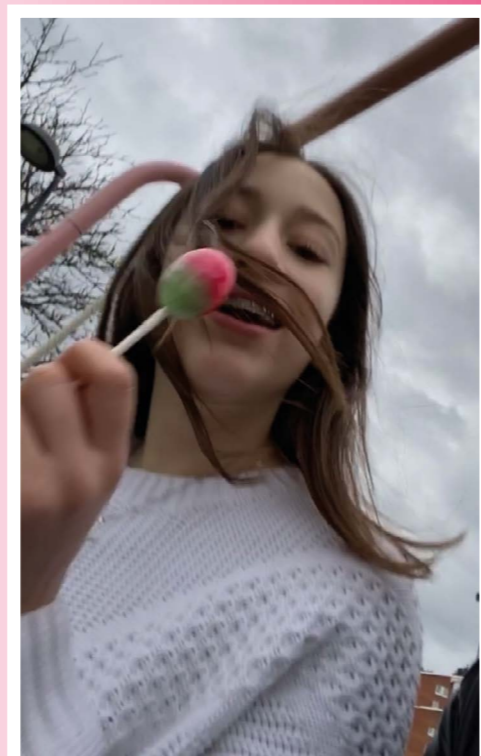


Foto privat - Adriana

# VÄN/ERNNA BERÄTTAR



Foto privat - Rose och Adriana

Vad heter du?  
- Nellie Sjösten

Hur gammal är du?  
- 15 år

Var bor du?  
- Botkyrka och Haninge

Hur kände du Adriana?  
- Adriana och jag lärde känna varandra 2018 då hon började i min skola Kastanjen. Hon var en fantastisk vän och en jättefin tjej.

Hur minns du henne?  
- Jag minns henne som någon som alltid försökte se det bästa i folk. Och om man bråkade med henne så ville hon alltid lösa det så fort som möjligt för hon ogillade att bråka med hennes närmaste. Hon älskade sina två syskon, de betydde hela hennes värld, och hon tog väl hand om sina vänner. Adriana älskade såklart också sina föräldrar väldigt mycket och ville alltid det bästa för dem.

Vad är ditt bästa minne?  
- En speciell händelse jag minns var sista gången jag fick träffa henne. Då gick vi i separata skolor. Men en dag ringde mina klasskamrater inklusive Addi och berättade att de skulle ha en sleepover i skolan och att de ville att jag skulle komma.

Såklart tackade jag ja och när dagen kom var jag så glad över att få se Adriana. Jag tillbringade mest tid med Addi den kvällen och det är jag så glad över att jag gjorde. Vi hade så roligt, vi åt pizza och spelade in massor med TikToks.

Mot kvällen när alla andra hade somnat så satt jag och Adriana och kollade på solnedgången och pratade om allt. Dagen efter var det dags att gå hem, Addi gav mig en tajt kram och sa hejdå med ett stort leende.

Varför har du inte varit med i intervjuer tidigare?

- För att jag inte känt mig redo. Älskar att prata om Adriana verkligen men vissa tider är svårare och då har jag velat vara ensam med min sorg och bara tänka för mig själv.

Varför vill du vara med nu?

- Nu känner jag att jag kan prata om henne för Adriana var den finaste personen jag någonsin har känt och hennes namn förtjänar att bli hört.

Vad heter du?  
- Isabella Sehn

Hur gammal är du?  
- 16 år

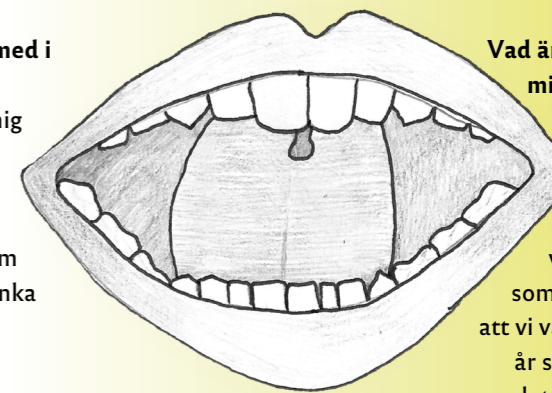
Var bor du?  
- Järfälla

Hur kände du Adriana?

- Adriana var min kusin. Tio månader var jag när Adriana föddes. Våra mammor var systrar och sågs ofta, och så sågs jag och Adriana ofta och såg varandra som systrar.

Hur minns du henne?

- Adriana var en glad person med ett leende som smittade av sig, hon var bestämd och skulle få allt på sitt sätt, vad hon än skulle behöva göra för att få det. Hon hade många planer med sitt liv och kom alltid med roliga, spännande idéer att göra.



Vad är ditt bästa minne?

- Ett minne jag har med Adriana är från 2013 när vi åkte till Skara sommarland, trots att vi var fem och sex år så minns jag detta väldigt väl. Vi var taggade på att komma fram, jag minns när vi satte upp tältet vi skulle sova i och när vi kom in till Skara sommarland, hur allt var så färgglatt och såg jätteroligt ut. Det specifika jag kommer ihåg är en attraktion med ett stort stup i slutet där vattnet skvätte överallt. Jag minns hur rädd jag var och hur taggad Adriana var på att få åka den. Till slut så övertalade hon mig att åka, det slutade med att vi båda var rädda precis innan stupet. Jag är glad över att hon har fått mig att våga.

Varför har du inte varit med i intervjuer tidigare?

- Jag har tyckt att det är obehagligt att behöva

svara på frågor om Adriana, speciellt när det är främmande personer som intervjuar.

Varför vill du vara med nu?

- Nu när jag åtminstone vet vem det är som intervjuar och att de också kände Adriana så känner jag mig mer bekväm.

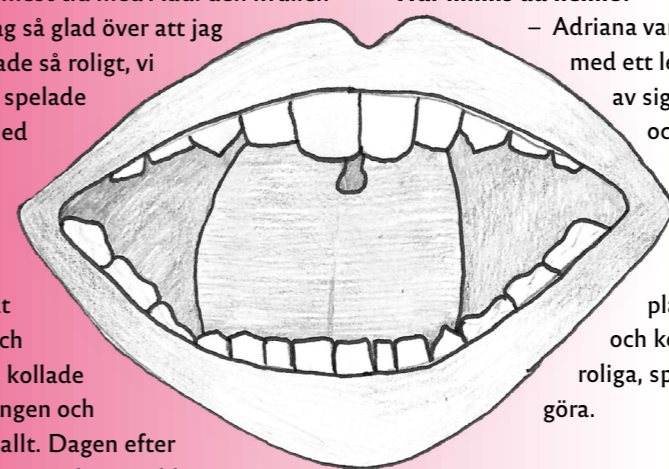






Foto privat - Isabella och Adriana

innan. Hon fick mig att skratta och de bästa med henne var att hon gjorde mig trygg och bekväm. Jag var liten och nervös eftersom jag inte kände någon där, men med henne där släppte min nervositet lite.

Ett annat starkt och roligt minne jag har med Adriana är när jag en gång hade födelsedagskalas för mina nära tjejevänner. Vi kollade på en skräckfilm och under hela filmen viskade hon i mitt öra "vad kommer hända nu, säg till om nått läskigt kommer

hända", då jag redan hade sett filmen innan. Efter filmen bestämde vi oss för att gå på en liten promenad då jag bodde nära en skog. Adriana nämnde väldigt många gånger hur hon ville följa med på promenaden men att hon stannar hemma då hon inte ville lämna en av tjejerna hemma, som Adriana menade var jätterädd för att följa med. När vi kom hem dansade vi till musik.

Jag minns så kul vi hade och jag kommer tydligt ihåg Adriana hoppa runt på golvet. Jag ser det nästan framför mig i slowmotion. Men alla våra stunder ihop och alla mina minnen med Adriana



**Vad heter du?**

- Rose Näslund

**Hur gammal är du?**

- 16 år

**Var bor du?**

- Tumba

**Hur kände du Adriana?**

- Jag lärde känna henne för att jag började i samma skola. Första gången vi träffades var när jag bara skulle besöka skolan. Den dagen hade hon ett stort leende på läpparna och hon var väldigt pratglad, hela sommarlovet minns jag att jag då och då satt och tänkte på henne. Jag hoppades att hon skulle bli en nära vän till mig.

**Hur minns du henne?**

- Jag minns Adriana som en person som alltid fick dig att skratta. Jag mådde rätt dåligt innan jag bytte skola och jag är hundra procent säker på att hon var en stor anledning till att jag mådde mycket bättre. Hon fick mig att känna mig älskad. Hon var verkligen en bra vän. Vacker, rolig, hjälpsam, obeskrivlig, det var Adriana.

**Vad är ditt bästa minne?**

- Ett av mina bästa minnen med Addi måste nog vara första gången jag träffade henne. Min första bild av henne, som jag än idag har kvar i huvudet, är när hon stod framför mig med de största leendet man kan tänka sig. Hon var väldigt exalterad att det skulle börja någon ny, som alltså var jag. Jag minns att hon skulle visa mig runt skolan. Har aldrig träffat en sån energirik och glad person

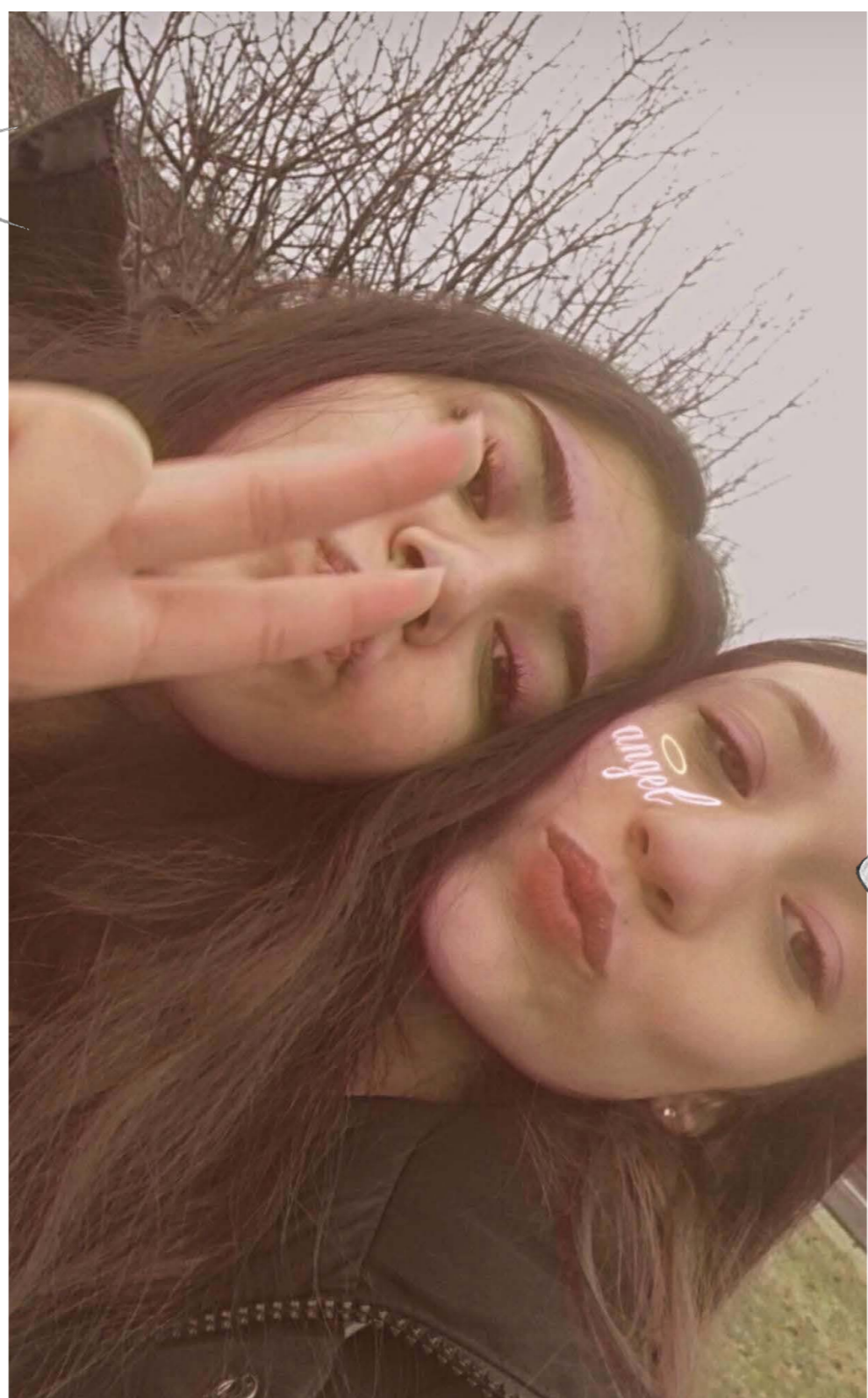


Foto privat - Melisa och Adriana



Foto privat - Adriana och Nellie

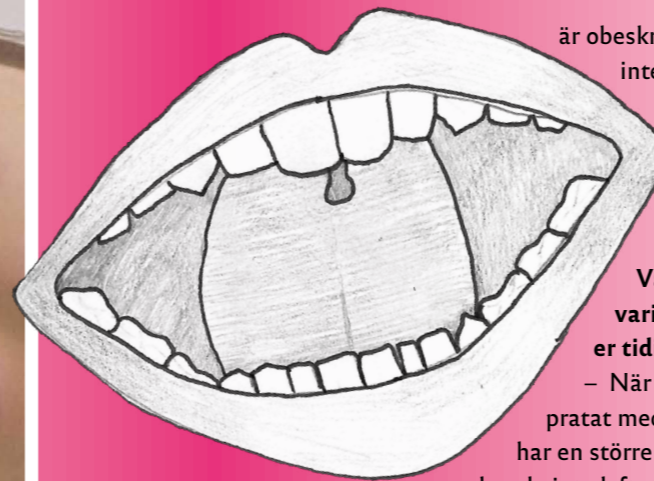
är obeskrivliga, det går inte att förstå hur kul man hade med henne om man inte träffat henne.

**Varför har du inte varit med i intervjuer tidigare?**

- När jag tidigare har pratat med personer som har en större talan än mig så har de inte lyft ut de jag vill att de ska lyfta upp. På sättet många andra har pratat om henne, har de nästan förminskat henne då jag anser att hon är mycket mer än vad de har uttryckt. Sen tycker jag att nästan alla skriver om samma sak, att jag bara upprepar de jag tidigare sagt och att de jag vill ha sagt inte publiceras.

**Varför vill du vara med nu?**

- Nu är jag med i hopp om att rätt budskap sprids. Att alla får en klar bild om vem vår fina Adriana var.



**Vad heter du?**

- Aleksandra Mhilli

**Hur gammal är du?**

- 16 år

**Var bor du?**

- Hagsätra

**Hur kände du Adriana?**

- Jag lärde känna Adriana genom gården. Jag bodde i Alby och gården vi brukade hänga i heter Båtsparken.

**Hur minns du henne?**

- Jag minns Adriana som en jätteglad person, omtänksam, hjälpsam, intelligent och verkligen en underbar tjej. Man kunde alltid prata med henne om vad som helst utan att känna att hon dömde en. Redan i 12-årsåldern var hon jättesmart och mogen.

**Vad är ditt bästa minne?**

- Jag har många favoritminnen med Adriana, men just detta kommer jag inte glömma. Det var när jag och hon var ute med några vänner från gården och vi såg en räv på lekplatsen, vi alla blev så rädda och började springa upp på saker. De var en spännande upplevelse jag vill uppleva igen.



**Varför har du inte varit med i intervjuer tidigare?**

- Anledningen till att jag inte vart med i tidigare intervjuer är för jag inte känt mig redo för att prata om Adriana med okända personer.

**Varför vill du vara med nu?**

- Varför jag nu vill vara med i en intervju är för Adriana ska uppmärksammas, för att folk ska veta hur härlig hon var och dela med mig av saker som andra borde veta om henne.

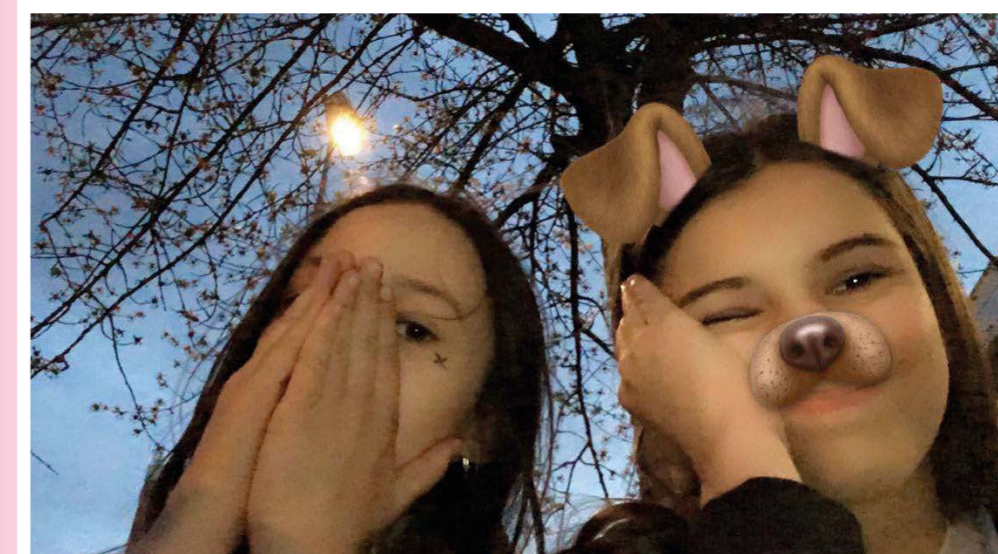


Foto privat - Adriana och Aleksandra



# DET VAR DRÖPPEN!



*"Men plötsligt fick jag en rejäl smäll i ansiktet, som förändrade hela mitt perspektiv på livet."*

TEXT OCH ILLUSTRATION: NOVA KHAN

W

art fan är vi egentligen på väg? Och hur ska vi få ett bra slut på det här kaoset?

Har ni tänkt på hur det ser ut runt omkring oss i våra förorter? För det har jag. Gatuväldet har blivit ett oerhört stort problem. Människorna som bor i dessa utsatta områden känner sig otrygga och osäkra. Jag är en av dem.

När coronaviruset kom till Sverige var vi många unga som blev ganska isolerade. Vi fick sitta i karantän för att inte fortsätta sprida viruset. Majoriteten av folket stressade över det, men om jag ska vara helt ärlig tänkte jag bara "YOLO!". Lev livet, det är ju mina tonårsår. Jag ska ha kul med mina vänner den här sommaren.

Allt var ändå begränsat. Man fick inte göra si, man fick inte göra så. På den tiden var appen "Houseparty" ganska inne. Jag och mina vänner brukade vinka till varandra och prata om allt möjligt där, speciellt under pandemin.

Mitt favoritminne från den tiden var nog när jag och mina vänner Iriana och Adriana skulle göra en stick n' poke-tatuering tillsammans via ett videosamtal på Houseparty. Vi hade varsin bläckpenna och nål. För mig och Iriana gick det åt skogen. Däremot gick det super för Adriana. Det blev succé. Hon gjorde en smiley bakom sin tå, som faktiskt inte gick att få bort när hon tvättade sig.

Trots corona så var det här ett av mina bästa år. Men plötsligt fick jag en rejäl smäll i ansiktet. Det blev något som förändrade hela mitt perspektiv på livet. Natten till den andra augusti hände något jag aldrig hade trott kunde hända. Plötsligt fanns inte Adriana mer. Hon blev bara tolv år gammal. Adriana skulle precis börja sjuan. Första året på högstadiet. Något vi alla längtade till. Det var drygt två veckor kvar till skolstarten. Men det hände aldrig för Adriana. Istället blev hon träffad av en förfluren kula i en drive by-skjutning som inte var menad för henne.

Olyckan som skedde traumatiserade mig på flera olika sätt. Det finns inte en enda dag då jag inte tänker på Adriana. Vart tog hon

vägen? Vad händer efter döden? Vad var ens oddsen? Tankarna snurrade runt 24/7. Det fick inget stopp. Jag kunde inte sova om nätterna. Varje natt låg jag och tänkte på det här och det tog mig flera år att börja sova som vanligt igen. Tankandet tog över hela mitt huvud. Det gick bara inte att hantera.

Snacket om händelsen hörde man överallt. Sverige skakades om. Alla politiker talade om det. Ändå har inget speciellt hänt, ens idag. I stället ökar dödssiffrorna för varje dag som går.

Nyheter går in genom ena örat och ut genom det andra. Inget annat land i hela Europa har det som vi har det i Sverige just nu. Man hör och ser vad som skrivs i tidningarna och på nyheterna hela tiden.

Och framförallt: bland mig och mina vänner syns ingen skillnad. I stället känns det som att våldet kryper närmare. Det blir mer och mer normaliserat. Och det börjar kännas som att ingen bryr sig. Allt har bara blivit värre sen Adriana försvann.

Så vad ska man göra åt saken?

Skippa pratet och börja bevisa genom handlingarna.

Att exempelvis ordna flera fritidsgårdar runt om förorterna, där ungdomarna kan tillbringa sin fritid på ett roligare sätt istället för att göra andra oartiga saker på sidan - det är en bra idé.

Höja straffet för de kriminella och införa straff som de minderåriga förtjänar när de begår grova brott - det är en annan. Man kan erbjuda och fixa fler jobb till de som behöver det. Man kan förbättra utbildningssystemet. Dessutom kan man stödja organisationer som arbetar mot våld, och även prata mer om det. Vi måste fokusera på att skapa ett tryggare och säkrare samhälle. Inte lägga fokus på tramssaker.

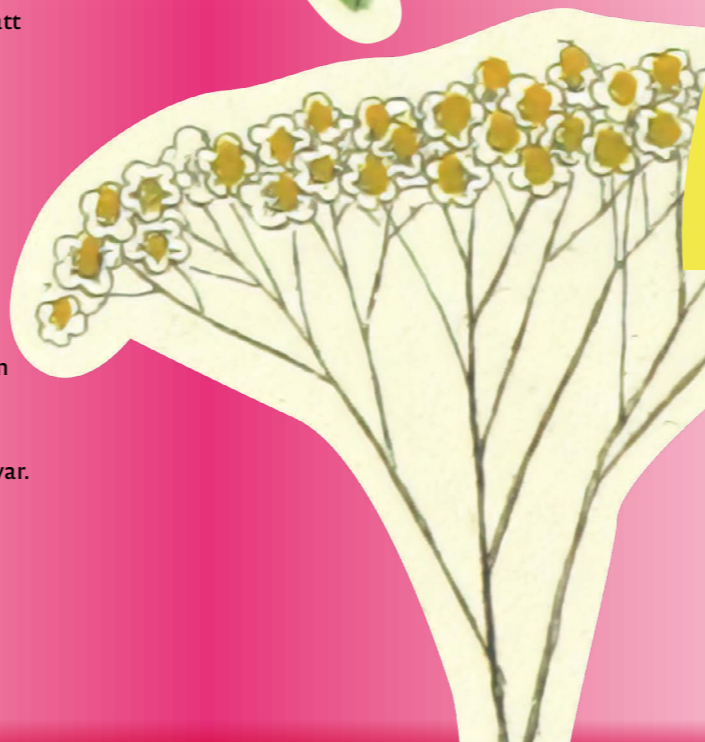
För mig handlar ju det här egentligen om Adriana. Jag är en av dem många som har förlorat någon nära. Det var några som tog min barndomsvän ifrån mig. Efter en sån tragedi, en oskyldig tolvåring mördad, tror man ändå att något ska förändras.

Tiden är kommen. Vi måste skärpa oss och börja ta detta på allvar. Stoppa gatuväldet!

Det är dags att lösa trådar som vi knutit.



#FOREVER12





# VAR

TEXT OCH ILLUSTRATION: SANDY AL-SOUHELI

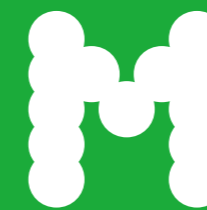
# REALISTISKA SÄGER DE

*Föräldrar har ofta stor makt över sina barns framtid. Men ibland inser de inte hur stor påverkan de har. Hur många drömmar de kan förstöra med bara några ord.*



## “LIVET ÄR I FÄRG, MEN SVART OCH VITT ÄR MER REALISTISKT”

- Ur filmen "The state of things"



Många barn har drömmar de vill uppfylla. Drömmar som hämtas från filmer eller böcker. Här hittar barn starka karaktärer, det har jag själv upplevt när jag var yngre. Än idag när jag kollar på en film eller läser om en fantastisk person blir jag inspirerad till att bli lika modig och lyckad som den personen. Men när ens föräldrar får höra om dessa tankar brukar det tyvärr ofta sluta med ett "nej" eller så blir barnet inte taget på allvar.

"Var realistisk", säger de, "det där kommer du inte klara av att göra".

Föräldrar kan ha olika anledningar till att de gör som de gör. Ofta är det för att skydda barnen från att misslyckas, eller så vill de inte att barnet ska vara annorlunda. Han eller hon ska istället likna alla andra barn och ha ett vanligt jobb och leva ett vanligt liv. Föräldrar inser inte att det är viktigt att misslyckas för att nå framgång. De tycks tro att misslyckande är motsatsen till framgång. Men egentligen är det bara en del av vägen.

Att bara lyssna och utföra det andra vill att man ska göra kommer inte att leda någonstans. Ett exempel är när man börjar ett jobb som föräldrarna har valt bara för att göra dem och andra i samhället nöjda.

Men saken är, att om man lever sitt liv bara för att tillfredsställa andra så är det inte ens eget liv man lever. Och sanningen är att man aldrig kommer att kunna göra alla nöjda. Det är viktigt att göra sig själv nöjd först, så att man inte ångrar sig senare. Även om det innebär att andra blir missnöjda.

Många har mentaliteten att "jag försöker hellre inte alls, än att jag försöker och misslyckas". Negativt tänkande är något som väldigt enkelt kan ta över vår hjärna. Då vågar man inte ta risker. Då stannar man på samma plats hela livet. Ingen utveckling, inga framsteg och ingen förändring. Man blir för bekväm för att kunna göra ändringar i sitt liv och för rädd att gå ur sin egen bekvämlighetszon.

Jag tror att en bekvämlighetszon är den största motståndaren man kan ha i livet. Vågar man inte vara annorlunda och utföra saker som är obekväma så växer man inte. På så sätt får man inte heller någon större förståelse för världen.

Därför är det livsviktigt för föräldrar att stötta och uppmuntra sina barn till att faktiskt misslyckas. Vill man verkligen sätta stopp för sina egna barn och deras drömmar? Vore det inte bättre om man lär dem att misslyckande är normalt för att uppnå sin dröm?

### TIPS FÖR UNGDOMAR MED DRÖMMAR

VILL du komma vidare i livet? Har du en idé som du vill göra till verklighet? Då finns det hjälp att få. Kolla till exempel närmare på organisationer som Changers Hub och The Good Talents. Båda finns i Botkyrka och båda jobbar med att få ungas egna idéer att växa.



# SKOLSTRESSSEN TAR KÄL PÅ DAGENS UNGDOMAR!

Text: Hallelujah Yohannes Assefa, illustration: Sandy Al Souheli

Idag blir vi allt mer stressade av skolan. Jag tror att det beror på att eleverna inte får tillräckligt med tid för olika uppgifter, men också på grund av pressen som kommer från deras omgivning.

En eftermiddag efter skolan satt jag vid datorn när en kompis ringde och frågade om jag ville gå på bio. Jag svarade att jag inte orkade. Det var tredje gången den veckan som jag sa nej till att göra något roligt. Skolveckorna hade varit tuffa. Vi hade många prov och läxor som var avgörande för vårt slutbetyg. Jag behövde till och med hoppa över min träning för att hinna med. Ska elever verkligen behöva ställa in aktiviteter för att hinna med inlämningar och prov?

Hur påverkar det vår psykiska hälsa? Det är viktigt att också vi elever tar upp dessa frågor, då det är ett ämne som inte uppmärksammas tillräckligt mycket. Som yngre behövde vi inte oroa oss för något. Då gick våra dagar ut på att äta, sova, och leka med kompisar. Det fanns inga som helst bekymmer. Men ju äldre vi blir, desto mer ansvar läggs på oss. Nu behöver jag gå i skolan och i hemmet behöver jag hjälpa till med disken, laga mat och städa mitt rum. Detta leder till att jag inte får någon tid över för mig själv och mina egna nöjen. Men skulle jag istället prioritera min fritid framför skolan så skulle det på sikt kunna leda till sämre betygsresultat. Och man vill väl få en bra och ljus framtid... eller?

Var kommer pressen om betyg från? Den kan komma från klasskamraterna, eftersom man inte vill prestera sämre än dem och alla förväntar sig olika mycket av varandra. Då kan det exempelvis bli en stor sak om en A-elev får ett C eller en F-elev får ett C eftersom man kan se ner på A-eleven och bli överraskad och glad för F-eleven, vilket är fel.

Pressen kan dock också vara att högrepresterande elever blir stressade för att det blir större konkurrens i toppen när fler vill in på prestigeutbildningar, medan eleverna som är lägre ned i hierarkin oroar sig för att hamna i samhällets marginaler. Även föräldrarna kan pressa sina barn omedvetet genom att bli besvikna över sina barns betyg och bli arga på dem genom att säga att barnen inte gjort sitt bästa. Därtill kan man få prestationsångest, p.g.a sina syskon

eftersom man ofta jämför sig med dem och ser hur duktiga dem är. Man tänker ofta att om man delar samma gener som sitt duktiga syskon så ska det ge samma goda resultat. Men så är det inte alltid.

Vad kan då skolan och lärarna göra bättre? Några åtgärder skulle kunna vara att sprida ut alla prov och uppgifter mer, genom att diskutera det med de andra lärarna och med eleverna, få fler inlämningsuppgifter istället för prov så att man kan resonera mer, istället för att nöta in stora mängder information till ett visst prov.

Ytterligare lösningar för att motverka elevers stress är att dela ut fler samarbetsuppgifter och anpassa olika uppgifter efter varje elev, samtidigt som det skulle kunna väcka elevens intresse så att denne gör bättre ifrån sig på uppgifterna. Därtill kan man ha fler tillfällen för läxhjälp. Lärare kan också skriva in tydliga inlämningsdatum i god tid, samt ge mer feedback så att eleverna kan uppfylla kunskapskraven.

Och vad kan vi elever göra själva? Det finns så klart mycket man kan göra, men jag tycker nog att tre saker är viktigast. Det viktigaste är att våga prata om det, antingen med en förälder, en kompis eller en lärare. Det andra är att förstå att betygen inte är livsavgörande, eftersom det finns många vägar att gå i livet för att uppnå sin dröm. Det tredje är att känna till att det finns hjälp att få. Här nedan listar jag några organisationer man kan höra av sig till om man mår dåligt av stressen i skolan eller lider av psykisk ohälsa.

#### STÖTTANDE ORGANISATIONER OM MAN MÅR PSYKISKT DÄLIGT

- ♦ **Bris - barns rätt i samhället**  
Här kan man få stöd av en kurator och prata om sånt som du funderar mycket på eller behöver få hjälp med. Du kan ringa 116 111, mejla eller chatta.
- ♦ **BUP - barn och ungdomspsykiatri**  
Här kan du skicka in frågor och få stöd om du mår psykiskt dåligt.
- ♦ **Unga Lukas**  
Här kan du chatta om tankar, känslor och om livet med vuxna med kunskap och erfarenhet av att stötta unga.
- ♦ **Jourhavande kompis, Röda korset**  
Här kan du som behöver någon att prata med få stöd på chatt från andra unga.

**"SKA ELEVER  
VERKLIGEN  
BEHÖVA  
STÄLLA IN  
AKTIVITETER  
FÖR ATT  
HINNA MED  
INLÄMNINGAR  
OCH PROV?"**

# MITT INRE JAG



TEXT: NOVA KHAN

*Mitt hem är överallt men  
ingenstans,  
Mitt hem är syskonen,  
Mitt hem är musiken,  
Mitt hem är bönen,  
Mitt hem kan finnas vart  
som helst,  
bara jag känner mig trygg  
som främst  
Hemmet mitt som man  
älskar sitt  
Ett hem ska kännas som ett  
hem kvitt.*



Text: Minna Lökvist och Emma Lundin

# FUN FACT

## Om havet



Du kanske har hört att Svarta havet har många gåtor? Men visste du att det har ett djup på 1,2 kilometer och att havet är upp till 90 procent sterilt? Det betyder att en större del av havet inte har något liv. På Svarta Havets botten ligger också 55 000 skeppsvrak. Vad tror du har hänt med dem?



EN KASKELOT ÄR EN  
TYP AV VAL OCH ÄR  
VÄRLDENS STÖRSTA  
TANDFÖRSEDDA DJUR.



Hade du en aning om att kaskeloter är världens mest högljuda varelse? De ser inte världen genom färger utan letar sig fram med hjälp av klickande ljud. Detta är deras form av kommunikation. Ljudet kan sträcka sig över tiotals mil av vatten.

Skulle du vilja gissa vart valar, delfiner och tumlare har utvecklats från? Jag skulle tro att du har fel. För 60 miljoner år sedan vaknade en vargliknande varelse och bestämde sig för att ta ett dopp... men hittade inte tillbaka till fastlandet. Det gick väl egentligen inte så snabbt, men faktum är att kaskeloten härstammar från en vargliknande varelse. Idag har vi 117 olika arter som alla kom till på grund av detta "misstag". Detta enligt "Havets hemligheter" på SVT.



KÄLLOR: SVT, AFTONBLADET,  
VÄRLDSNATURFONDEN,  
POPULÄR HISTORIA

VI ARBETAR FÖR FULLT

Visste du att världens hav producerar cirka 46 procent av allt syre på jorden? Det betyder att vartannat andetag vi människor tar innehåller syre från havet.

Har du någonsin tänkt tanken: varför är havet blått medan vattnet ur kranen är genomskinligt? Det är för att himlen reflekteras på havet. Därför är vattnet blåare på en solig sommardag i juli, än på en dyster och grå måndagskväll i september.





**ATT INTE ORKA ÄR NÅGOT MÅNGA KAN KÄNNA IGEN SIG I. MEN HUR ÄR DET NÄR MAN ALDRIG ORKAR? NÄR DET ÄR SVÅRT ATT ENS TA SIG UR SÄNGEN. MAN KÄNNER SIG INLÅST OCH MAKTLÖS. MEN ÅTMINSTONE KAN MAN ALLTID FÅ HJÄLP. ELLER?**

# HUR KOMMER MAN I MÅL OM MAN INTE HITTAR SCART- LINJEN?

**TEXT: LEO WIGGERUD**

**“FOLK FÖRVÄNTAR PSYKISK OHÄLSA ATT VISA SIG PÅ ETT VISST SÄTT, SÅ SOM DE HAR LÄRT SIG. NÄR DET INTE SER UT SOM MAN TRODDE SÅ LÅSER ALLT SIG.”**

## **DEL 1: SÅNT HÄNDER.**

Många saker inom en människa kan man inte förstå, förrän man själv upplevt dem.

“Det kan väl inte vara så svårt.”

“Så läskigt är det säkert inte.”

“Du bara föreställer dig.”

Ord som många sagt men få vill höra.

Kanske är personen som säger de här orden välmenande. Kanske bryr man sig inte alls. Oavsett vad, så låter det på ett enda sätt för den som mår dåligt: kommer du fortfarande att tycka det där när jag inte längre finns? Men sånt händer.

När det enda sättet man bemöts på är avvisande blir det svårt att inte avvisa sig själv. Ilska och sorg erövrar, hat och lidande tar kontroll. Intresset att hjälpa sig själv minskar. Uppenbarligen är man inte tillräckligt viktig för att någon annan ska hjälpa en. Ja, det går säkert inte ens även om man fick hjälp. Man är helt enkelt för usel. Men sånt händer.

**“OAVSETT VAD, SÅ LÅTER DET PÅ ETT ENDA SÄTT FÖR DEN SOM MÅR DÅLIGT: KOMMER DU FORTFARANDE ATT TYCKA DET DÄR NÄR JAG INTE LÄNGRE FINNS?”**

En ond spiral slukar en och man har ingen vilja eller kraft att försöka bryta den själv. Var ska man ens börja? Man börjar hata sig själv och uppfattar det som att alla andra också hatar en.

Världen blir ett hot. Man drar sig undan. Man blir frågad vad som är fel, men det är svårt att beskriva känslan av att ingenting fungerar.

Man tappar all vilja att försöka. Bara tanken är läskig eftersom man tror att bara misslyckanden väntar. Det leder till att man inte vill att någon ska slösa sin tid på en. Så man fortsätter att leva på det enda sättet man kan, tills en magisk lösning uppenbarar sig eller tills att även det slutar funka.

Man känner sig övergiven av världen. Frustrerad av att allting man kunde gjort aldrig kommer att bli.

Till sist så börjar man tro att även om man hade chansen, så hade man inte kunnat göra någonting.

Men sånt händer.

## **DEL 2: JAG SKA.**

“Jag ska” kan innebära två saker. Att man ska, eller att man skulle om man kunde.

Vissa känner bara till det ena, vissa bara det andra. Det är jobbigt att vilja göra någonting men inte kunna. Benen och armarna kan, men hjärnan sätter stopp. Man tröttnar på sig själv och andra tröttnar på en. Man försöker och försöker, men det går inte. När det väl gör det så är det aldrig tillräckligt för omgivningen, oavsett hur mycket man försöker förklara situationen. Det känns jobbigt att inte kunna genomföra även enkla uppgifter, i hemmet, på skolan eller jobbet.

När man bor med andra kan det sluta med att man inte känner sig hemma. Drivkraften att fortsätta försöka minskar och minskar.

Folk blir arga. Man blir förklarad värdelös. Man vet att det inte är sant men man kan inte förklara det på ett sätt andra förstår, så man blir själv arg och en ond spiral uppstår. Missförstånd förvandlas till misstro.

Misstro skapar misstankar. Det eroderar tillit och förkortar det från början otillräckliga tålmodet.

Personerna i din omgivning börjar tro att du gör det här med flit. Så illa kan det väl inte vara? “Du säger att du inte kan, men jag tror inte på dig.”

Förståelse är det ont om i världen, och det beror inte bara på dess invånare. I en snabb värld har man inte alltid tiden att förstå, vilket leder till att de som ber om den förståelsen blir mer och mer utfrysta. Det blir lätt för saker att bli värre och svårt för saker att bli bättre.

## **DEL 3: PROBLEMET**

När man mår dåligt kan de runt om en också må dåligt. Dåliga känslor smittar av sig. Alla blir oroliga. Och alla börjar må dåligt på olika sätt.

De runt dig märker det heller kanske inte själva. De känner sig bara mindre glada, än mer ledsna och förstår inte varför.

Risken finns att man börjar leta efter ursäkter och anledningar till att det känns värre. Man börjar klaga på andra i huset. Man försöker fixa problem som inte finns, utan att märka de som faktiskt finns.

Det är svårt för alla som mår dåligt att bedöma hur illa situationen är. Just det är en del av pusslet som gör att det blir ett så komplicerat problem.

Man kollar på fel saker och ser på fel sätt.

Man felbedömer sin egen situation. Man övertygar sig själv att det inte är så farligt och att man inte behöver hjälp eller att man är oförfärdig och att det inte är värt att försöka.

Det är därför till exempel psykologer är så viktiga, och varför det blir så svårt när de inte finns tillgängliga.

Samhället är byggt för just en typ av människa: den som kan göra saker. Om man inte kan göra saker lämnas man att handskas för sig själv. Vilket inte funkar när man är beroende av samhället.

Förmågan att hantera det man inte förstår finns det ont om. Det leder till att många bortser från de situationer där man inte förstår varför en person inte kan hjälpa sig själv.

Det är uppenbart varför en person med ett brutet ben inte kan gå till sjukhuset. Men inte varför någon som är hälsosam rent fysiskt inte klarar av ett jobb eller att gå utomhus.

## **DEL 4: VAD KAN MAN GÖRA?**

Alla måste inse att man kan ha fel. Att man kanske inte vet hur en viss person känner eller varför de reagerar på ett visst sätt. Man måste vara medveten om att psykisk ohälsa visar sig på många olika sätt. Man kan inte bortförklara symptom, bara för att de aldrig skulle kunna drabba dig själv på just det sättet.

Verkligheten är att många ofta faktiskt inte kan hjälpa sig själva. Man vet att man måste ta eget ansvar. Men ibland är det inte så enkelt. Då behöver man hjälp.

Det är bra att samhället har börjat anstränga sig för att lindra psykisk ohälsa, men tyvärr har det haft vissa negativa konsekvenser.

Folk lär sig om och förväntar psykisk ohälsa att visa sig på ett visst sätt, så som de har lärt sig. När det inte ser ut som man trott så läser allt sig.

Ibland måste man stå upp för den som inte kan stå upp för sig själv, även om man tror och tycker att de borde hjälpa sig själva. Åtminstone kan man försöka hänvisa personen till en som kan.

I slutändan handlar allt om förståelse och tålmod. Ett samhälle som rör sig för snabbt blir en flaskhals.

Individer som begränsar sin kapacitet för förståelse får slut på tålmod. Få ser problemet. Ännu färre förstår det och inser att förändringar krävs.

Men vi måste i alla fall börja lägga grunden till ett samhälle som kan förverkliga de förändringarna.



# 5 SAKER DU BEHÖVER VETA

TEXT: LEO WIGGERUD

## VARFÖR MAN ERBJUDS ATT PROVA PÅ SAKER

Tjänster erbjuder gratis prövningsperioder för att locka användare, men det finns även dolda mål. För det första förnyas många prövningsperioder automatiskt. Det är vanligt att man glömmer bort det, och företagen hoppas att tjäna på det.

Det händer även att kostnaderna är mycket högre än vad man förväntat sig. Det är alltså väldigt viktigt att man läser användarvillkoren och att man kollar om en prenumeration förnyas automatiskt samt hur mycket det kostar. Även om man tror att det är en sån sak som inte skulle kunna hända en så är det alltid värt att vara försiktig, för ibland så glömmer man bara.

För det andra så är det ett sätt för företag att samla in stora mängder uppgifter om folk och hur de använder deras tjänster. Om det inte är någonting som du kommer fortsätta att använda så är det bäst att skippa prövningsperioder.

## FÖRETAG SPARAR DINA UPPGIFTER ÄVEN OM DU RADERAR DITT KONTO

När du raderar ett konto så är dina uppgifter inte längre knutna till det, men de finns fortfarande kvar i företagets databas.

I den europeiska unionen finns lagen om GDPR, som ger varje person rätten att bli bortglömd på internet. Enligt GDPR kan du kräva att vilket företag som helst i hela världen raderar alla uppgifter de har om dig från deras databas. Detta är en fantastisk sak i sig, men problemet är att stora företag är för rika för att bli hotade av denna lag. Även de största böterna är mindre pengar än vad som tjänas på att bryta lagen. Facebook, under det nya namnet Meta, fick nyligen den största GDPR-böten någonsin: etthundra miljarder kronor. Lagarna som instiftats för att motverka detta problem är alltså inte tillräckliga, och man måste fortfarande som användare ta ansvar för att skydda sina egna uppgifter.

## HUR EN HACKER STJÄL LÖSEWORD

Alla har hört talas om hackers, men få vet hur en hacker egentligen arbetar. Webbplatser vet egentligen inte vad ditt lösenord är. När du skapar ett konto så används en algoritm för att omvandla lösenordet till en lång rad slumpmässiga tecken, och detta förvaras i webbplatsens databas. När du skriver in ditt lösenord så används samma algoritm och om det matchar vad som står i databasen så loggas du in.

När lösenord läcker så måste oftast två krav uppfyllas: hackern vet vad för algoritm som används och har tillgång till databasen för lösenord. Hackern använder ett program för automatiskt köra så många lösenord som möjligt genom algoritmen och om resultatet matchar något i databasen så vet hackern att det är lösenordet.

Därför är det också en bra idé att använda tvåfaktorsautentisering på alla tjänster som stödjer det, för att få ett extra lager skydd om det sker en attack.

## VARFÖR MAN INTE SKA GE BORT SIN DATA I ONÖDAN

Varje gång du skapar ett konto på en webbplats ger du bort dina uppgifter. Det kanske låter uppenbart, men det sker på fler sätt än du tror. Alla webbplatser vill veta vem du är, hur du utnyttjar deras tjänster, och vad för enhet du använder. Ibland är det av goda skäl, men oftast inte. Därför bör du vara försiktig med hur du använder tjänster.

Tänk på att inte göra ett konto på en webbplats som du bara kommer att använda en gång. Även om du inte använder tjänsten kan företaget fortfarande utnyttja uppgifterna du givit dem. Bara det faktum att du inte använder tjänsten kan vara värdefull. Dessa uppgifter kan bland annat säljas vidare och användas för att rikta reklam mot dig, och för att hålla koll på dig och tjänsterna du använt. Även om du vill radera konton och data så kan vissa företag göra det en onödigt komplicerad process, så det är bäst att inte ha någonting att radera från början.

## "INCOGNITO MODE" DÖLJER INTE DINA SÖKNINGAR

Vissa har missuppfattningen att när du använder "incognito mode" så blir dina sökningar helt dolda från alla. Detta är inte sant. Det du söker på behandlas som vanligt av servrarna involverade och av din internetleverantör, som kan se vad du söker. Vad "incognito mode" innebär är att all information som du anger inte sparas lokalt. Läget används bara för att gömma sökningar från folk som skulle kunna titta på och använda din enhet, som när du till exempel vill köpa en överraskningspresent online på en delad dator.

# OM INTERNET

för att ens få använda det



# DETTA REGGAR

TEXT: MINNA LÖVKVIST

**G**reppet runt Livias hand är hårt. Hon känner hur handen börjar domna bort. Sommarsolen gassar mot huden och det finns inte ett enda moln på himlen. Hon släpper hans hand och låter den falla längs hennes sida.

– Vart tar du mig? frågar Livia lättstäm.

Leendet dansar på hennes läppar när en solstråle tränger sig igenom trädkropparna och bländar henne. Svaret på hennes fråga spelar egentligen ingen roll. Hon är bara glad att han är med henne.

– Du får se snart, vi är framme om bara någon minut, svarar Alvin.

Alvin är Livias kille, de har varit tillsammans i lite mer än tre år. De träffades första gången på en fest. Redan då visste Livia att det var något speciellt med honom. Hans ögon talade till henne, sa främmande ord som ingen annan sagt förut.

Helt plötsligt stannar han, och vänder sig om mot Livia. De är mitt i skogen och framför dem syns en öppning i det höga gräset som gränsar till en sjö. Livia ser sig omkring och riktar sedan sin uppmärksamhet tillbaka mot honom. Han har ett leende på läpparna, men det når inte riktigt ögonen.

– Vad är det? frågar hon, hon sträcker ut handen för att röra vid hans kind.

– Inget. Vi badar, jag tog med dina badkläder, svaret är kort och entonigt.

Han räcker över sin väska och vänder sig bort. Återigen faller hennes hand mot låren. Inom loppet av bara någon minut är de i vattnet. Det är kallt, Livia darrar när hon sänker sig i vattnet. Men han drar henne nära, hans kropp är varm och skön mot hennes. De stannar i en lång stund och låter vattnet sluka ljudet av deras kyssar, deras skratt, deras lycka.

Solen börjar sänka sig och fåglarna blir allt mer tysta som tiden passerar. Han står bara där och kollar ut över vattnet. Livia drar sina fingertoppar längs hans rygg och omfamnar hans midja. Hon drar in lukten av hans hud och ler smått när droppar från hans hår faller ner i hennes ansikte. Det kittlas.

– Livia, säger hans svagt.

– Mhmm, svarar hon.

– Jag tror vi borde göra slut.

Allt är tyst, hur är allt tyst? Livia känner hur klumpen i magen börjar formas och hur svetten i handflatorna gör det svårt att hålla fast vid honom, fast den här gången är det inte på grund av värmen.

– Va? Hon behöver höra det igen.

Hon vet vad han sa men förstår inget av det.

– Jag har inga känslor kvar för dig. Jag är ledsen.

– Jag förstår inte, vad har jag gjort för fel? Säg det bara så kan jag fixa det.

– Nej, det handlar inte om något du gjort, jag är bara inte kär i dig längre. Jag trodde att jag kunde strunta i det genom att spendera mer tid med dig, men det går inte.

Allt snurrar, hans ansiktsuttryck påminner henne om den där festen, hon flörtade bara med den där killen för att se hur Alvin skulle reagera för skojs skull. Hon visste inte att han skulle bli så ledsen. Det måste vara det. Om hon bara säger att det var på skämt löser sig allt nog.

– Vi borde gå nu innan det blir för mörkt. Snälla.

– Nej, vänta, jag vet inte. Jag måste få förklara.

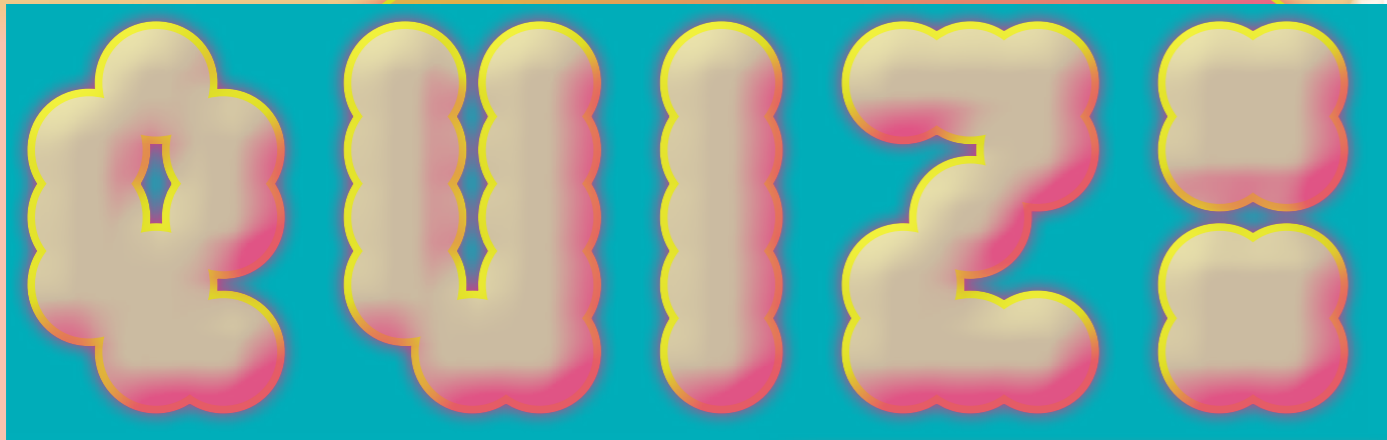
– Livia, vi tar det sen, jag går nu, okej? Stanna inte för länge.

Livia vänder sig bort så han inte kan se hennes förvrängda ansiktsuttryck, alla tårar som hon försöker hindra från att ta sig ut.

– Gå bara, är det sista hon säger.

Ljudet av hans fotsteg ekar i takt med hennes hjärtslag. Hon vänder sig tillbaka för att säkerställa att han inte längre står där. Hennes knän ger vika. Livia förstår inte varför. Vad gjorde hon för fel? Gråten väller upp ur bröstet och det gör så ont, som om någon vridit ur all lycka ur hennes hjärta. Det bränner bakom ögonen och allt blir suddigt. Något blött träffar hennes nakna fötter. Vad konstigt, tänker hon. Det ska ju inte regna i juni.





# VILKEN HÅRFÄRG ROCKAR DU?

VILL DU TA REDA PÅ VILKEN HÅRFÄRG SOM SKULLE PASSA JUST DIG? ÄR DU SUGEN PÅ ATT ÄNDRA DITT UTSEENDE LITE GRANN? VÄNTA INTE LÄNGRE! HÄR KOMMER SVARET.

TEXT: AMELIA KRZYWONOS

VAR TILLBRINGAR DU HELST DIN FRITID?  
A. På stranden  
B. I skogen  
C. Hemma  
D. Biblioteket

VILKEN AKTIVITET GILLAR DU MEST?  
A. Fotboll  
B. Vandring  
C. Spela datorspel  
D. Läsa

VILKET VÄDER VILL DU HELST VARA UTE I?  
A: Soligt, varmt väder  
B. Regnigt, lagom varmt väder  
C. Mörkt och dystert väder.  
D. Soligt men kyligt väder.

VILKET DJUR HADE DU VELAT VARA AV DESSA?  
A. Hund  
B. Ekorre  
C. Katt  
D. Ugglor

VILKEN ÅRSTID GILLAR DU MEST?  
A. Sommar  
B. Höst  
C. Vinter  
D. Vår

FLEST A - Du är en person som skulle passa perfekt i ljusst hår. Kanske är det dags att slinga det? Eller kanske bleka hela håret? Kör på, du är gjord för ljusst hår!

FLEST B - Du passar i lite mörkare toner. Orange eller ljusbrunt hår är definitivt något för dig. Skogs promenader är något du älskar att göra. Våga, våga, våga färga!

FLEST C - Du passar i två helt olika hårfärger. Den ena sidan är svart mörkt hår och den andra är färgstarkt hår, vad sägs om lila? Du gillar att vara hemma och bara ta det lugnt, men när du väl är ute vill du synas.

FLEST D - Mörkbrunt hår är gjort för dig. Du är en lugn och snäll person och vill inte sticka ut alltför mycket. Biblioteket är ditt andra hem och där vill du sitta i ett tyst hörn. Vänta inte, kör på mörkbrunt!

# SKOLAN SOM ETT ANDRA HEM

Många ungdomar skulle säga att de inte har en enda vuxen i skolan de kan lita på. Därför vill jag lyfta fram en lärare som betytt mycket för mig och många andra.

TEXT: MONA AHCHOUGH



elever " säger Anton. Han har hållit kontakten med många elever efter att de har gått ut. Anton tycker att det är mycket mer intressant att jobba i grundskolan än att jobba med vuxna. "Det händer saker varje dag, och man gör mer nytta här än i gymnasiet, då man verkligen får följa eleverna från start och hjälpa dem att växa. Både personligen och kunskapsmässigt. Det finns absolut problem, men det överväger inte lyckan när man ser eleverna lyckas och nå sina mål".

## "BARN ÄR FRAMTIDEN, DERAS RÖSTER BORDE FÅ HÖRAS"

Anton Krüger var läraren som gjorde att jag kände mig hemma i skolan. Den vuxna person som fick mig att se fram emot dagen. Han förstod oss elever. Det bästa med honom var att han alltid lyssnade, oavsett vilka problem du hade. Anton gjorde heller aldrig något förrän han kollade med oss elever om det var okej. Vuxna glömmor ofta det här: att vi unga också är människor och att vi också har en röst. I högstadiet skrattade vi och besteg berg tillsammans. Anton såg oss besegra våra svårigheter. Han var alltid glad för vår skull. Och han var alltid den personen jag gick till först för att beskriva min lycka. Anton trodde på oss oavsett vad någon sa. Jag ville intervjua Anton för att få veta vad det var som fick honom att bli lärare. Det visade sig att Anton egentligen hade andra planer för sin framtid. Men just när det var dags att välja så var det finanskris och en ganska osäker ekonomi. Han gav sig in i något som inte var planerat, men som skulle leda till ett jobb. Intresset för yrket väcktes under utbildningen. Han hoppade på ett tåg utan att veta var det skulle stanna. Slutstationen blev min grundskola. "Det är ett kul jobb, dessutom skapar man ett band med sina

Anton fortsätter. "Det finns problem i varje skola. Det man egentligen måste ta tag i är segregationen, då det är det största problemet och det smittar av sig i hela samhället. Politikernas uppgift är att kolla på segregationen först, för det är också anledningen till att många hamnar fel i livet. Därför borde man kanske göra om hela systemet för att se vad som funkar för dagens barn och ungdomar." Jag håller med Anton. Själv tycker jag att vi unga är framtiden. Därför borde våra röster höras. Inte de vuxnas. Och för att barnen ska få känna sig trygga måste hela samhället hjälpas åt. Jag frågar Anton vad man mer borde förändra. "Vissa friskolor borde börja få mer handledning från kommunen, då det känns som att de bara tar emot elever för elevpengen och inte för elevernas skull. Det här är ett problem som borde tas tag i." Till sist säger Anton att för att barn ska lyckas måste skolan kännas som ett andra hem. Lärarna ska kunna vara där för barnen, och man ska känna att det är tryggt. Det här minns jag själv. Det Anton berättar om kände man varje gång man pratade med honom, eller såg honom i korridorerna. Vi brukade alltid hälsa på varandra. Han var vår trygga punkt. En anledning för många att kämpa sig upp till skolan varje morgon. För att inte missa Antons lektioner.



STRECKT

STRECKT

TEXT: JOSE HUANGA

STRECKT

STRECKT

STRECKT

M

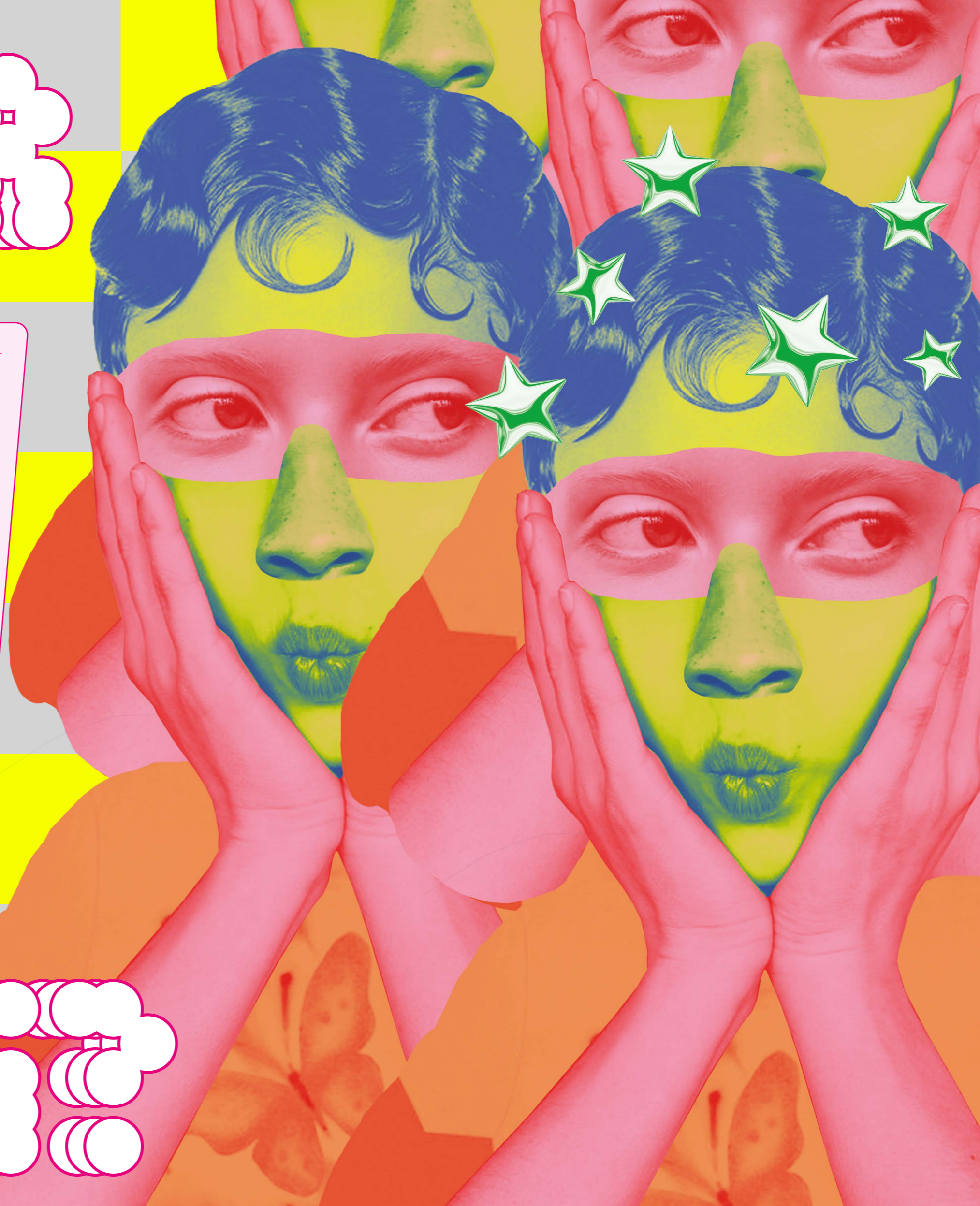
in skolavslutning. Det första jag såg var eleverna som satt ute på skolgården. Väl inne på scen syntes barn som väntade på sin tur att sjunga, elever som höll tal om sina lärare och rektorn som delade ut pris till de "bästa" eleverna. Mitt ansikte såg lyckligt ut, men inuti visste jag att detta var slutet på en betydande fas i mitt liv. Det var dags att säga hej då till min grundskola.

Under dessa år har jag inte bara fått en utbildning, jag har också format mitt sätt att vara och växa som individ. Grundskolan har varit en plats där jag har byggt relationer och vänskaper som jag kommer att bära med mig resten av mitt liv. Jag har mött människor med olika bakgrunder och erfarenheter, och dessa interaktioner har gett mig fler perspektiv och gjort mig mer öppen.

Vid skolavslutningens slut kände jag blandade känslor. Rädsla för framtiden och sorg för den stora del av mitt liv som nått sitt slut. Sorg för att jag inte kommer att träffa mina vänner så ofta som tidigare och inte heller någonsin kunna ha lektioner med mina favoritlärare igen.

Nu är jag vid den punkt där jag undrar vad som ska bli nästa steg i mitt liv. Jag har fortfarande svårt att tänka på det. Det är skrämmande att tänka på vad nästa steg kommer att innebära. Vad kommer jag att göra nu? Vilket karriärval ska jag göra? Kommer jag att klara mig ekonomiskt? Kommer jag att kunna hitta nya meningsfulla relationer? All denna osäkerhet känns överväldigande.

Ja, det är läskigt och osäkert. Men jag tror också att det finns spännande möjligheter och oväntade äventyr som väntar på mig. Jag kommer att hålla fast vid min tro på mig själv och kämpa för att göra det bästa av denna ovissa övergångsperiod.





# Så fann NORA KHALIL sin röst



FOTO: EMMA LUNDIN

30

PÅ VÄG IN TILL KARLAPLAN OCH SVERIGES RADIO, DÄR NORA KHALIL JOBBAR MED SITT SOMMARPRAT, PASSERAR VI ALBY, NORAS HEMMAPLAN. NÄR VI KOMMER FRAM OCH FÅR HÖRA DE FÖRSTA ORDEN AV HENNE BERÄTTELSE VILL VI DIREKT VETA HUR DEN SKA SLUTA. DÅ INSER VI VILKEN FANTASTISK FÖRFATTARE HON ÄR.

TEXT: MINNA LÖVKVIST & TINDRA LENNGREN

Nora har alltid drömt stort. Viljan att bli författare har legat och vilat i bakhuvudet sedan länge. Samtidigt har hon alltid varit blyg, och blivit tillsagd att hon måste jobba på sin "sociala förmåga" om hon vill bli framgångsrik.

Nora började sitt skrivande i gymnasiet när lektionerna på ekonomi-programmet gnagde hål i hennes öron. Ekonomi var inte riktigt för henne. Hon hade bara valt det för att en tidigare klasskompis gjort detsamma. Noras intressen låg inte heller i att festa och vara ute hela natten, utan i poesi, framförallt den väg som just då hade börjat flöda på Instagram. Poesin gav Nora möjlighet att ventileras och uttrycka sig. Dock handlade det aldrig om vad eller hur hon skrev, utan skrivandet i sig fungerade som en hjälpande hand i det eviga letande att hitta sig själv. I dag skriver Nora i hopp om att kunna hjälpa andra som har svårt att hitta sin röst.

EFTER GYMNASIET BÖRjade JAG EN SKRIVARKURS. DET VAR OCKSA HÄR JAG KOM PÅ ATT JAG VILLE SKRIVA EN BOK OM HELT VANLIGA MÄNNISKOR, SOM ÄVEN SKULLE UTSPELA SIG I ALBY. DET KÄNDES INTE SOM ATT DET FANNS NÅGRA SÅDANA BÖCKER. MÅNGA PRATADE OM TV-SERIEN SNABBA CASH DÅ. MEN JAG TYCKTE ATT ORTEN ÄR SÅ MYCKET MER AN DET.

Nora fortsatte skriva och blev mer uppmuntrad när hon för första gången fick visa upp sina verk i en spoken word-tävling, "Ortens bästa poet". Efter en långsam start insåg hon att det hon skapade var speciellt.

VID ETT TILLFALLE VAR DET EN MAN SOM SA TILL MIG ATT NÄR JAG SKRIVER PÅ DET HÄR SÄTTET, MED SLANGORD, KÄNDE HAN SIG EXKLUDERAD. JAG TYCKTE DET VAR VÄLDIGT HÄFTIGT ATT DET VAR SÅ. OM HAN HADE GÅTT TILL BIBLIOTEKET HADE HAN HITTAT HUR MÅNGA BÖCKER SOM HELST SOM HAN KUNDE RELATERA TILL, MEN VI FRÅN ORTEN HAR INTE SAMMA MÖJLIGHET, UTAN VI MÅSTE VERKLIGEN LETA OM VI SKA HITTA ENS EN BOK SOM ÄR RELATERBAR FÖR OSS.

Nora kände då att böckerna hon skrev talade för folket som var underrepresenterade, vilket fick henne att känna att det hon skrev om var fett viktigt. Detta gav henne vilja att fortsätta. Noras användning av slangord eller förtrottsvenska kommer från hennes uppväxt. Den har format henne som författare.

HADE JAG VÄXT UPP NÅGON ANNANSTANS HADE ALLT VARIT ANNORLUNDA. MYCKET BEROR PÅ HUR OCH VART, TILL EXEMPEL OM DET HADE VARIT PÅ LANDSBYGDEN ELLER INNE I STAN, DÅ HADE JAG PRATAT PÅ ETT ANNAT SÄTT ELLER SETT UT PÅ ETT ANNAT SÄTT. TILL EXEMPEL SLANGORDEN HADE FÖRMODLIGEN INTE VARIT MED OM JAG HADE VUXIT UPP NÅGON ANNANSTANS DÄR DE INTE ANVÄNDS. SÅ JUST "YANI" ÄR VÄLDIGT PÅVERKAD AV PLATSEN OCH MÄNNISKORNA SOM BOR HÄR.

Noras skrivande har länge handlat om att bevisa för andra och sig själv att hon kan bli författare, att hon har förmågan att skapa. Idag vill hon få folk att känna saker och finna sig på en helt annan plats efter man läst hennes böcker.

GENOM ATT LÄSA BÖCKER KAN MAN RESA. SÅ VILL JAG ATT FOLKET SKA KÄNNA NÄR DE LÄSER MINA BÖCKER, JAG VILL ATT BÖCKERNA SKA BERÖRA OCH VÄCKA TANKAR OCH IDEER. ATT DE SKA KUNNA UTFORSKA NÅGONTING NYTT.

Hon är ännu inte klar med författarlivet och har mycket mer att säga. I väntan på fler mästerverk önskar vi henne all lycka i framtiden.

”  
DET BLEV SOM  
EN HYLLNING  
FÖR MIG, OCH  
EN HYLLNING  
FÖR ALBY.

31



# Ska könet få avgöra?

TEXT: HALLELUJAH YOHANNES ASSEFA

**Vad är jämställdhet och hur långt har vi egentligen kommit? Problemen med jämställdhet finns ju i alla åldrar och kulturer och därför måste vi tillsammans lösa dem.**

En vanlig eftermiddag på sommarlovet när jag kollade på en indisk dokumentär såg jag en väldigt konstig sak. En kvinna hade efter många försök blivit gravid och fött ett barn. Du kanske tänker: "vad roligt för henne" och blir glad, men gissa vad hennes släktingar sa när de berättade nyheten? De sa att det var en skam för deras familj. Att de inte skulle komma med presenter. Varför? Jo, för att hon hade fött en dotter.

Jag blev som träffad av blixten. Är det här ett skämt? Har verkligen kvinnor så låg status och makt i vissa länder? Sedan började jag tänka, finns det några likheter med Sverige?

Ja, det finns det, men inte i lika hög utsträckning. I länder där patriarkala värderingar gentemot kvinnor lever kvar så finns också de här skamkänslorna kvar. Där ses kvinnor som svaga, känslomässiga och omhändertagande. Man anser att deras uppgift är att ta hand om hemmet som en piga, inte att få ha en karriär. Och att kvinnor ska föda barn som en maskin. Dessutom ses kvinnor som en ägodel som förs vidare från far till bror och till sist till sin framtida make, ofta genom tvångsäktenskap.

Vart är det mer jämställt då? I rika länder med demokratiska styrelseskick och lagar?

Jag skulle generellt svara ja, dessa länder är mer jämställda. Däremot saknas det fortfarande många åtgärder för att de ska bli helt jämställda. Exempelvis så finns det orättvisor, som att de båda könen inte får lika mycket lön för samma utförda arbete och det finns också stora löneskillnader mellan kvinno- och mansdominerade yrken.

Vissa arbetsplatser består av nästan bara män, som till exempel IT-tekniker, ingenjörer och piloter. På andra arbetsplatser är de flesta

kvinnor, som förskollärare, sjuksköterskor och butikssäljare. Hur ofta ser du till exempel en manlig sjuksköterska eller en kvinnlig pilot?

Så här uppfostras vi redan från barndomen. Det finns som en påhittad bok fylld med "regler" som ständigt fylls på och nu har det gått så långt att till och med könen separeras med färger. Om man har en dotter så ska hon till exempel kläs i rosa och leka med barbie dockor och om det är en kille så är det blått som gäller, bilar och lego. När barnen senare börjar i skolan så ska tjejerna vara blyga, ta skolan på allvar och sköta sig medan killarna ska vara stökiga, högljudda och få mycket uppmärksamhet.

Senare i tonåren börjar inflytandet från sociala medier, där snygga tjejer ska vara smala som pinnar, ha stora meloner och en uppblåst bak medan killar ska ha tvättbrädor, vara långa och förmögna.

Därefter när de växt upp och går ut i arbetslivet så får männen de stora maktpositionerna, prioriteras vid anställning och får högre lön, även om kvinnan har ett CV fullt med relevanta erfarenheter, högre utbildning och är mer kvalificerad.

Är det verkligen denna jämställdhet och dessa skönhetsideal vi vill fortsätta leva med?

Många kanske tycker att jag är pessimistisk och överdriver, vilket delvis kan vara sant, men allt detta berör inte bara oss utan också de nästkommande generationerna.

Människors yttre utseende, könsidentitet och stereotypa könsnormer borde inte hindra oss från att uppnå vår fulla potential. Därför är jag övertygad om att ni också vill se en stor förändring i framtiden. Och alla förändringar börjar med ett litet steg.

Vad sägs om att ni män tar mer ansvar i att ta hand om hemmet, börjar vattna blommorna och plockar undan efter er så kan vi kvinnor ta mer plats i offentligheten? En kan inte göra allting själv men alla kan göra något och tillsammans kan vi förändra vår framtid till det bättre.





# FESTIVAL I BOTKYRKA

TEXT OCH FOTO: HALLELUJAH YOHANNES ASSEFA OCH SAGA HOLMÖVIST

Festivalen Botkyrka Summer Blast gick av stapeln den 17-18 juni. Här kunde man spela basket, delta i dance battles, fotbollsmatcher och kampsporten Jiu-jitsu och se artister och kändisar som till exempel Ahmed Berhan, Xeno I.D, Fire Crew och rapparen Stor.



DJ



Dance Battle



Jiu-jitsu-föreningen Anima IF



Artister som uppträder på scen.



Amy 16 år, Kristina 16 år



Här spelar en grupp ungdomar basketcup



Alhaji, 22 år



Hagar, 19 år



Ett gäng killar som spelar fotboll på festivalen.

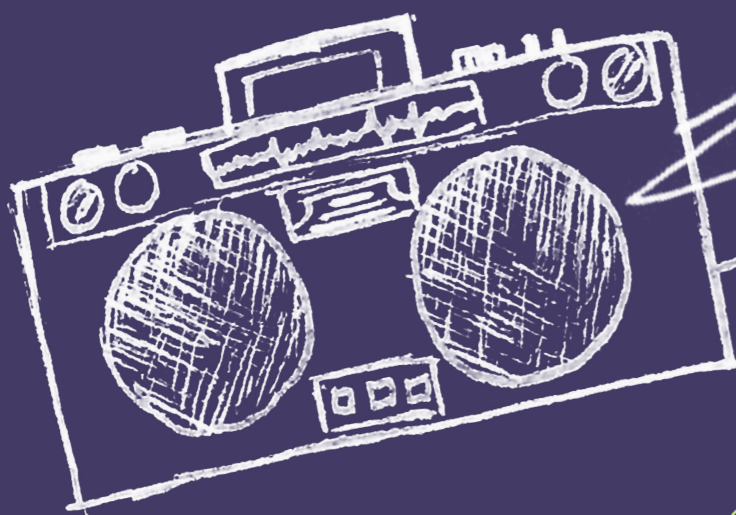


# VAD DU ENIS VAD BROR BETYDER?

TEXT: VICTORIA GALLO BITAR

ILLUSTRATION: SANDY AL-SOUHELI

*Uttrycket "bror" har färdats från Sveriges förorter och ut över hela landet. Efter 17 år i förorten har jag verkligen inte sett allt, men jag har varit här länge nog för att förstå hur språket talas. Nu ska du också få veta det.*



**A**tt folk kallas "bror" är något som förekommer ofta i många socialt och ekonomiskt eftersatta områden i Sverige. Du kanske själv kallar någon för det på bensinmacken, kiosken vid tunnelbanan eller i skolan. I dag är det som att vem som helst eller vad som helst kan vara en bror. Självt brukar jag till och med kalla min högtalare för "bror" ibland.

Ordet har fått en ny kontext bland yngre. Hur man använder det berättar allt om både personen som säger det, och om vad den personen har för åsikt om dig. Genom detta enkla ord kan du anta eller bestämma hur personen i fråga känner om dig, om du är omtyckt eller respekterad. "Bror" symboliserar värdet personen sätter på dig.

Du är deras vän eller bästa vän. Du är personen de lutar på och stöttar. Eller personen som stöttar dem. Så varför blev "bror" ett ord jag också använder för min högtalare?

När jag växte upp i Norsborg blev jag ofta kallad för en bror. Först var det något som förvirrade mig, speciellt eftersom jag är tjej. Nu när jag blivit äldre förstår jag varför det förekommer och känner mig numera ganska hedrad att vara någons bror. Men under de senaste åren har ordet börjat tappa sitt värde. I dag är det något som slängs upp i luften mest hela tiden. Det är lite som med ordet "typ". Man kan stoppa in det lite var som helst i en mening. Idag hör man också det här uttrycket i alla stadsdelar. Det känns lite konstigt. Norsborg eller Tumba är ju faktiskt inte Södermalm. Jag anser att vi borde behålla olikheterna mellan oss. Det är bara vackert om språk kan låta olika på olika platser. Att bli kallad för en bror eller i vissa fall en syster är alltid en positiv sak. Ta dessa två fraser som ett exempel; "Bror du är dum i huvudet", eller, "Du är dum i huvudet". Som du kanske ser så finns det en markant skillnad på dem. Den första innebär att även om personen i fråga anser att du är dum menar de inget negativt, då en vän aldrig skulle skada en annan vän. Så när min högtalare inte fungerar betyder det inte att jag automatiskt ogillar den.

Den andra meningen symboliserar främlighet och ogillande; personen i fråga ogillar faktiskt dig och har säkert som mening att skada dig. Förolämpningen blir också väldigt grov, vilket leder till att jag ibland lägger till ordet bror i en mening för att göra den mindre seriös.

Det kan vara vanligt att personen som använder ordet bror uppfattas som ointelligent i andras öron, eftersom personen oftast kommer ifrån ett fattigare område, eller kanske inte har lika bra svenska som många andra. Men det viktigaste du måste ha i åtanke är vad ordet egentligen betyder och värdet av det, inte i vilket sammanhang det används, eller av vem. Till sist vill jag ännu en gång påminna om vikten att använda ord på rätt sätt. Alla visar uppskattning till varandra på olika sätt. Det är bra att förstå sig på hur och varför. Som man brukar säga: "tänk innan du pratar".

Gör du det? Och vem är egentligen din bror?

*"VEM ÄR  
EGENTLIGEN  
DIN BROR?"*



# Från Shoo till teaterscenen

TEXT & FOTO: EMMA LUNDIN, SAGA HOLMQUIST, HALLELUJAH ASSEFA

EMILJA NIKOLIC ÄR 16 ÅR GAMMAL. HON HAR TIDIGARE SOMMARJOBBAT PÅ FANZINGO OCH VARIT MED OCH SKRIVIT TIDNINGEN SHOO ÅR 2022. EMILJA HAR ALLTID DRÖMT OM ATT BLI SKÅDESPELARE. FÖRRA ÅRET GICK HENNES DRÖM UPP I UPPFYLLELSE NÄR HON VAR MED I FÖRESTÄLLNINGEN "MIN TRYGGA PUNKT". NU SIKTAR HON MOT HOLLYWOOD.



” Jag gillar film och serier och jag har alltid velat bli skådespelare eller något sånt. Jag älskar skådislivet. Jag tycker det är jättekul att bli filmad och jag älskar kameran allmänt. Jag känner mig bekväm framför kameran och jag tycker det är fett kul.



” ANNARS JOBBAR JAG PÅ EN MATAFFÄR. NÄR JAG SITTER DÄR I KASSAN BRUKAR JAG ÖVA PÅ MINA OLIKA ROLLER GENOM ATT LIKSOM SPELA DEM, HÄRMA DE OLIKA ROLLERNA, OCH GÖRA DIALEKTERNA NÄR JAG PRATAR MED KUNDERNA.

” Det var på Fanzingo förra året som jag pratade med min handledare Sara Wall och hon visste då att jag ville bli skådespelare. Så i augusti eller september förra året skickade hon ett sms till mig och det var en tjej som hette Nisrin som håller på att skapa 'Scen utan C', vilket är ett projekt för unga i orten, att de ska skådespela mer typ. Vi gjorde en pjäs. Det var så jag började och jag tyckte det var kul. Så det var Sara som inspirerade mig.





TEXT: OLUCHI NICOLE ANOCHIAM  
ILLUSTRATION: SANDYAL-SOUHELI

# SLUTET MED SIN BÄSTIS- FESTIS

**GE DIG SJÄLV LOV ATT BEARBETA SORGEN:**  
Det är normalt att känna sig nedstämd, irriterad eller till och med förvirrad efter att en relation tagit slut. Tillåt dig själv att uppleva dessa känslor och acceptera den smärta du känner.

**AVSLUTA KOMMUNIKATION:**  
Fundera över att upprätthålla en tidsram för ingen kommunikation med din tidigare partner. Detta kommer att ge dig möjlighet att återhämta dig och få en tydligare förståelse. Avstå från att granska deras konton på sociala medier eller försöka kontakta dem, eftersom det kan förlänga återhämtningsperioden.

**BE OM HJÄLP FRÅN NÄRA OCH KÄRA:** Omge dig med stöttande vänner och familjemedlemmar som kan ge tröst och förståelse. Att prata om dina känslor med pålitliga personer kan hjälpa.

**TA HAND OM DIG SJÄLV:**  
Koncentrera dig på egenomsorg. Engagera dig i aktiviteter som ger glädje och hjälper dig att koppla av. Det kan vara att träna, praktisera mindfulness eller meditation, utöva hobbyer eller tillbringa tid utomhus. Ta hand om din kropp genom att få tillräckligt med sömn och äta hälsosamt.

**ÖVERVÄG RELATIONEN:**  
Ta den här tiden för att överväga förhållandet och dra lärdom av det. Tänk på vad som gick bra och vad som inte gick bra. Upptäck eventuella mönster eller varningstecken att vara uppmärksam på. Det kan hjälpa dig att utvecklas och fatta bättre beslut i framtiden.

**FORMULERA NYA MÅL:** Inrikta din kraft på att sätta upp nya mål och lägg fokus på din personliga utveckling. Oavsett om det innebär att prova en ny hobby eller arbeta mot karriärmål, kan det ge en känsla av mening och orientering att ha något att sträva efter.

Att göra slut med sin bästa vän, sin bästis-festis, är något som kan vara värre än ett breakup. Jag har gått igenom flera sådana. Nu menar jag självklart med vänner och inte något romantiskt, men jag tror nästan att det är samma sak.

Att göra slut är som att en bit av ens hjärta slits i flera bitar, men när man gör slut med en vän är det lite mer klurigt.

Så blev det i alla fall för mig, just för att jag där och då var väldigt ledsen men inte förmögen att gråta. Jag vet att det låter konstigt. Jag menar, hur kan man vara ledsen och säga att det känns som om någon tar ens hjärta och sliter det i bitar och samtidigt inte kunna fälla en enda tår?

Det är en stor sorg att göra slut med någon, men jag tror också att det kan finnas en känsla av befrielse. Sorgen kan hålla i sig i flera år. För mig tog det någon minut eller två. När jag säger en minut menar jag typ en vecka. Jag vet att det kan vara svårt, men bättre älskat och förlorat än att aldrig ha älskat. För mig var det som en explosion av känslor, jag kände ilska, glädje och tacksamhet om man bara ska nämna några saker. Ilskan kändes ända ut i mina fingertoppar. Jag var så arg men också glad över att relationen var över.

Men om vi ska vara helt ärliga – det gör ont att göra slut med sin vän.

Något som alla relationer har gemensamt är att man alltid lär sig något. Om det så är i affärlivet, kärlekslivet eller en vänskap. Men att acceptera att man inte har den personen kvar i sitt liv samtidigt som alla minnen finns kvar, det är svårt. Jag blev tvungen att radera bilder på oss överallt. Jag ville inte gå till ställen vi hade varit på tillsammans. Jag ville inte bli påmind om oss.

Men det finns ljus i slutet av tunneln. Självklart kan det vara svårt att inse vad det är som händer, men det blir alltid bra i slutet.

Jag har skapat en lista med olika saker man kan göra för att må lite bättre efter att man avslutar en relation, för att må lite bättre.

# MY I KLÄSSEN

TEXT: HALLELUJAH YOHANNES ASSEFA  
ILLUSTRATION: SANDYAL-SOUHELI

*De kollar på mig och ger mig blickar.*

*De pekar och viskar saker.*

*Medan tiden bara tickar.*

*Jag står där framme och försöker se.*

*Jag tar ett djupt andetag för att presentera mig och ler.*

*Men jag får inte fram ett ord.*

*Det är som att jag redan har blivit bortgjord.*

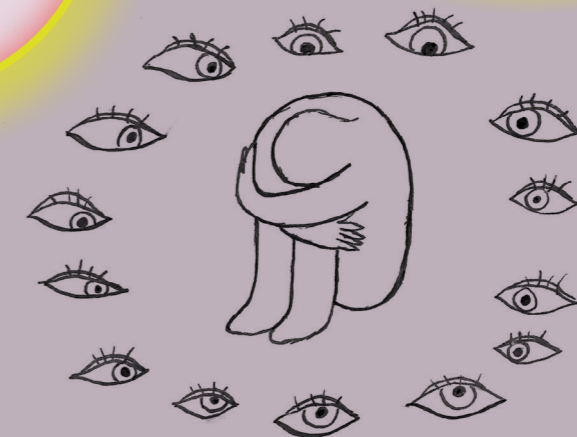
*Svetten från mina händer börjar rinna ned.*

*Mitt hjärta slår dubbelslag och benen känns som gelé.*

*Sedan sjunker jag sakta ned i stolen bredvid några andra.*

*Det är tyst som i graven vid bordet.*

*Och de ser på varandra.*





# Varför är ALLA RÄDDA för min hund?

TEXT: TINDRA LENNGREN

† ja, allas berättelse börjar någonstans. Här börjar min. Jag har velat ha en hund sedan jag var liten. Vi har flera hundar i släkten, men vår familj har aldrig haft en egen. Min familj är inte perfekt, men vems familj är det egentligen? Min bror har under en längre tid kämpat med psykisk ohälsa. Mamma hittade en artikel om hur hundar kan vara ett stort stöd. Att de kan hjälpa människor komma ur till exempel en depression. När vi visade artikeln för pappa så gick han med på att köpa en hund. Några dagar senare bokade mamma en träff med uppfödaren. Jag, mamma och min bror åkte i sex timmar ner till Skåne för att träffa valpen.

Enligt annonsen skulle valpen vara en Brazilian Terrier. Väl framme möts vi av flera hundar i olika storlekar. En liten valp kom fram. Den gosade med oss alla tre. Valpen valde oss. Den var riktigt söt.

Det kändes bara rätt. Men när vi skulle betala för honom så stod det, till vår förvåning, på papperet: American Staffordshire Terrier.

Mamma visade annonsen för uppfödaren, som sa att bilden med rasnamnet på något sätt hade blandats ihop med en gammal annons från deras tidigare kull på just Brazilian Terrier. Dock stämde texten i annonsen, alltså att Amstaff-valpen var till salu.

Jag, min bror och min mamma stod en stund och diskuterade. Vi som familj hade kommit överens om att vi skulle köpa valpen i annonsen. Men den här kändes faktiskt menad för oss. På väg hem med vår lilla bebis ringer vi pappa och säger: "det bidde en lite större hund". Han heter Curry.

Curry växte väldigt fort. Helt plötsligt vägde han nästan hälften av min vikt. Då började jag märka att människor försökte undvika oss eller hålla flera meters avstånd, för att han såg "läskig" ut. De menade att han var "farlig som en sån där kamphund", när han egentligen är världens sötaste och inte gör en fluga förnär.

Jag minns en promenad där vi gick omkring i området. På långt håll fick jag syn på en ägare med en liten hund. Ägaren ser mig och fortsätter att gå, men så fort hon ser min hund så vänder hon fort och

sprintar iväg. Det gjorde mig arg, eftersom det hände sekunden efter hon såg min hund.

Ibland kan jag förstå att vissa hundar kan upplevas som läskiga om man är hundrädd. När jag går med min hund inne i stan blir han ofta lite ivrig av alla dofter och intryck, och vill nosa på allt och alla. Då kan jag sätta på honom en nossele, som gör det lättare för mig att styra honom bland mycket folk. Många frågar då: "bits han?" eller "Är han farlig?" Jag får ofta förklara att en nossele inte betyder att en hund är farlig, utan att de används som hjälpmedel.

Jag tror att folks negativa reaktioner sker på grund av riktig hundräddsla. Dock har jag mött flera ungdomar, främst killar, som spelar rädda. De kanske låtsas bli bitna, skrattar och springer iväg. Sättet de gör det på upplevs som okunskap kring hundar, och det spår på ryktena om så kallade kamphundar.

Jag känner min hund. Han älskar människor och hundkompisar, och jag vet att han aldrig medvetet skulle skada någon. Han är världens goaste individ. Allt han vill ha är kärlek.

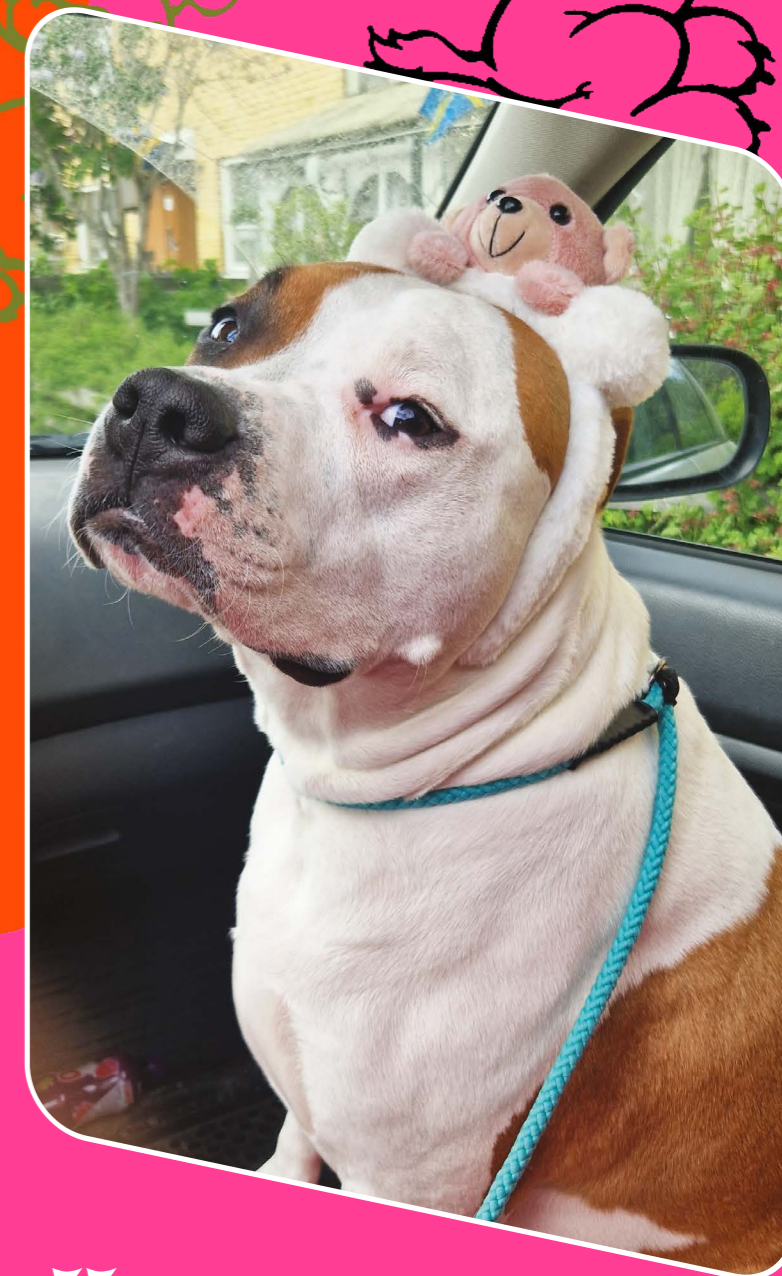
För att förstå mer om hur det egentligen är att vara hundrädd frågade jag min bästa vän. I början var hon också rädd för Curry. Hon säger att det var storleken som skrämde henne, och att hennes mamma hade lärt henne att vara försiktig med stora hundar. Hon var rädd för att vara ensam i ett rum med Curry. Men hon blev lugnare eftersom att hon litade på mig, ägaren, och visste att jag aldrig skulle låta något hända henne. Idag älskar hon Curry. Hon menar att han har lärt henne att slappna av, även med andra hundar. Min vän säger att det som botade hennes hundräddsla var att hon fick lära känna Curry lite i taget.

Är du hundrädd? Vad tycker du att hundägare skulle kunna göra för att just du ska bli mindre rädd? Tänk efter, och kom ihåg att berättat det för hundägare du träffar. Anta inte att alla är farliga. Oftast är de världens gulligaste varelser. De är bara något missförstådda.

## FAKTA

### AMERICAN STAFFORDSHIRE TERRIER

American staffordshire terrier-hanar väger oftast runt 28-33 kg, medan tikarna väger runt 19-26 kg. De behöver ordentligt med träning och mental stimulans för att vara tillfredsställda och nöjda i vardagen. De funkar bäst med hundägare som har erfarenhet, eftersom de behöver handfast och metodisk uppfostran. En amstaff är stabil, glad, orädd, envis och utstrålar både energi, mod och självsäkerhet. Det är inte särskilt vanligt att en amstaff är blyg eller rädd. De är sociala, nyfikna, vill behaga och vill alltid vara med där det händer. Det är sällan en amstaff missar något som händer i omgivningen. En amstaff har ett stort behov av närhet till sin familj.



✧  
MIN VÄN SÄGER ATT DET SOM BOTADE  
HENNES HUNDRÄDSLÅ ÄR ATT HON FICK  
LÄRA KÄNNA CURRY LITE I TAGET.



# LÄNGTAN, SORG OCH GLÄDJE I EN MELODI

Jag kommer ihåg när jag var elva år och min pappa spelade musik. Ur högtalarna kom toner av Flamenco, Bossa Nova, Rumba, Cumbia, Chacarera, Samba, Vallenato, Salsa, Tango, Reggaeton, Bachata och Mariachi. Jag gillade det inte alls, men ju längre jag lyssnade desto mer gillade jag det. Vid musikens slut visste jag att det inte var en normal typ av musik.

Dessa musikgenrer kom från ett land som jag aldrig hade besökt. Melodierna väckte min nyfikenhet, så när jag började utforska musikens ursprung och den kultur den representerade så öppnades en helt ny värld för mig. Jag spenderade timmar på att utforska olika artister och band från det specifika landet eller staden där musiken härstammade ifrån. Jag lyssnade på gamla klassiker och upptäckte nya, lovande talanger som bar med sig traditionerna och ljudlandskapet från den kulturen. Ju mer jag fördjupade mig i musiken, desto mer insåg jag att det inte bara var en samling låtar. Det var också en tidskapsel som berättade historier om en hel nation och dess människor.

Flamenco är ett av de kulturuttryck som fascinerar mig mest. Det är en passionerad och känslomässig musik- och dansstil som har sina rötter i Andalusien, Spanien. Genom att lyssna på flamenco kunde jag känna den intensiva känslan av längtan, sorg och glädje. Den djupa, själfulla sången, de virtuosa gitarrackorden och den dramatiska dansen skapar en helhetsupplevelse som berör mitt innersta. Flamenco är inte bara en musikgenre. Det är en konstform som bär på århundraden av historiska och kulturella influenser.

## DET HÄR ÄR DEN MUSIK JAG GILLAR MEST:

- ♦ "Tu me dejaste de querer" som är en blandning av flamenco, rumba, latin pop och reggaeton. Jag älskar att låten har fokus på melankoli och hjärtesorg.
- ♦ "Llamada de emergencia" Den här låten berättar en historia om en person som dör och ser hur andras liv fortsätter.
- ♦ "La bicicleta" handlar om nostalgi, kärlek och den djupa kopplingen till rötter och hemland. La bicicleta (cykeln) blir en metafor som representerar barndom, minnen och förlorad oskuld

# Mitt hem



*Han är mitt hem.  
Den som jag litar mest på och den som jag vill  
träffa efter fem.  
Mitt hem är min bästa vän, min andra halva och  
mitt allt,  
om mitt hem inte fanns hade hela mitt liv varit  
kallt.*

*Han är mitt hem.  
Mitt hem som har ett tak.  
Inte ett tak som faktiskt kan skydda mig  
utan ett tak som är osynligt,  
med en ängel i sig.*

*Han är mitt hem.  
Mitt hem är inte ett hus eller en lägenhet.  
Mitt hem är det som får mig att tro på kärlek.  
Mitt hem är han som alltid står vid min sida.  
Mitt hem är han som aldrig vill se mig lida.  
Mitt hem är han.*





TEXT: NOVA KHAN

# MUSIK ÄR FÖR @R@M@N ELLER?

**MUSIK ÄR NÄSTAN SOM EN DROG.  
MÅNGA KLARAR INTE AV VARDAGEN  
UTAN DEN. FRÅGAN ÄR BARA HUR  
MUSIKEN EGENTLIGEN PÅVERKAR OSS.**

Alla har rätt att få lyssna på vilken musik de vill, det vill säga det man själv diggar. Det gäller även vilken musikgenre som helst.

Ingen ska döma eller trycka ner någon annan för vad de lyssnar på. Det kan vara en speciell artist, genre eller språk.

Just nu har hiphopen och rappen tagit Sverige med storm. De flesta ungdomar lyssnar på sådan musik dagligen. Det ingår i deras vardag. Många nya rappare har också krupit fram de senaste åren.

Men vad är det egentligen de rappar om?

Texterna handlar ofta om våld och vapen. Och man kan verkligen fundera på om det är något vi borde normalisera.

Samtidigt tänker jag såhär, är det inte så att rapparna uttrycker sig och berättar sin livshistoria genom musiken? Med andra ord, vad de har gått igenom i sina liv.

Då många inte har någon att vända sig till och prata ut med, så gör de det i musiken istället. Så uttrycker de sina känslor. Många lyssnare kan relatera till deras texter.

Själv lyssnar jag på musik nästan 24/7. Jag vet inte vad jag skulle gjort om musiken inte fanns. Mitt liv skulle vara grått och bittert. Så mycket betyder musiken för mig. En sak som lockar mig varje gång är hur melodin och beatet låter. Det är det första jag tänker på.

De skulle kunna säga nonsensgrejer i texten, men om beatet är dunder skulle jag ha pumpat låten oavsett vad.

Ett exempel är artisten Havals låt "VICE". Texten är sisådär. Däremot älskar jag melodin och flowet.

Aden & Asmes "Min Lane" är också en låt jag diggar jättemycket, eftersom att den tar mig tillbaka till året 2019. Då var allt perfekt. Jag hade precis börjat högstadiet. Det var fortfarande sommartider. Allt var bara aura.

Så kan musik fungera. En speciell låt kan påminna om små stunder i livet. Eller om personer som berört oss. Vi säger att du till exempel är ledsen och lyssnar på en låt du tycker om som får dig på bra humör. Där påverkade musiken dig. Men det kan också vara tvärtom. När du är ledsen finns det också alltid en låt som beskriver den situationen.

Jag blir lika berörd varje gång jag lyssnar på "Heartburn" av Wafia. Den påminner mig om min vän Adriana, som miste sitt liv i en skjutning 2020.

"Heartburn" påminner också om min bästa vän Emilija. Vi brukade lyssna på den tillsammans och det var hon som visade mig låten först.

Känslorna finns överallt i musiken. Men en annan viktig sak jag tycker att många glömmer bort när det kommer till svensk hiphop, är alla gånger som det faktiskt rappas om vettiga saker och viktiga ämnen.

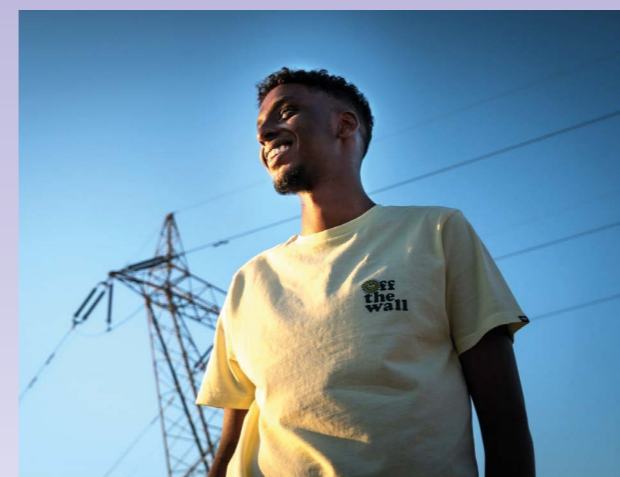
Många artister får kritik för att de rappar om kriminalitet. Det som är mindre känt är att många också försöker sätta fokus på hur man ska lösa problemen. Svensk hiphop är full av texter med mening och betydelse.

På nästa sida listar jag några exempel på det.



**BLIZZY, JB - 1 GHETTO SAGA:**

"Han tränade med Malaga, Lazio Granada  
Nyheterna gjorde oss alla glada,  
Men glädjen försvann, när dom sa han var skadad,  
En skada som ledde han direkt till gatan,  
Men tiden går för fort här i västerort,  
Därför hans bästa vänner blev gungan o kofot "



**YASIN - LÅNGT HEMIFRÅN:**

"Trodde aldrig våldet skulle drabba de civila  
Hon var bara tolv, alldeles för tidigt må hon vila, om det  
gick att göra om och göra rätt. Men det går inte att göra  
ägg av en färdig omelett."



**B.BABY - TALK ABOUT IT:**

"För många som har dött, jag är trött på räkn  
Jag svär systemet kolla på när man sköt ihjäl han  
Now let's talk about it"



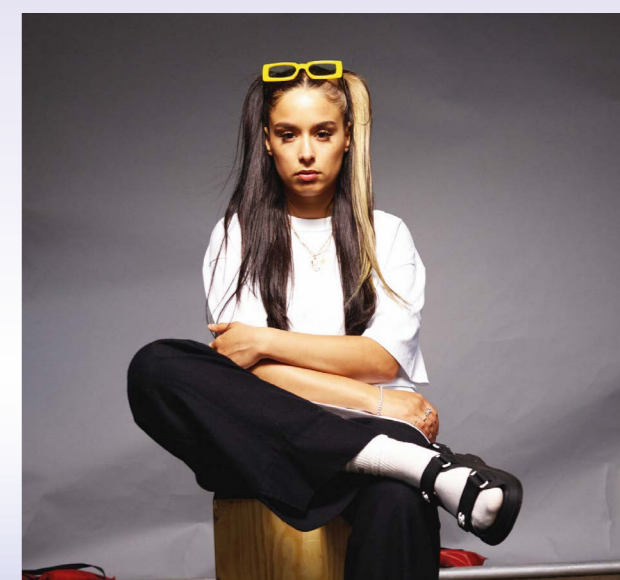
**LABYRINT - PANG PANG:**

"Tragedi när liv går bort på gatan  
Vi har glömt bort hur man pratar  
Så kulor flyger höger, kulor flyger vänster  
Galna tider folk har inga känslor, inga gränser"



**RICKY RICH, KIDS OF REVOLUTION - BLI BÄTTRE:**

"Jag lurade mig själv med att kunna bli sämre,  
Nu jag fattat att ett gatubarn kan bara bli bättre,  
Så lämna den där stressen, du behöver inte vapen eller  
västen"



**JELASSI - MASKROSBARN (DE NT BA JA):**

"Att va en maskros är ingenting du väljer,  
Nej de göms djupt inuti en förälder finns ett,  
socialt arv som byts mellan händer,  
Det som en gång brann i någon annan blev dina bränder,  
Men de fina e, att du lärde släcka det i tid"



# GAMLA SHOORARE – VAR ÄR DE IDAG?

TEXT: OLUCHI NICOLE ANOCHIAM

Denna fråga har jag ställt mig själv flera gånger. Okej, låt oss spola tillbaka lite i tiden. Det är i princip det jag gör när jag går igenom gamla SHOO-tidningar och ser redaktionerna från tidigare år. Det var då det slog mig, jag måste få veta var de är idag.

## ZINEB SHWANI

Den första shooaren jag fick chansen att ställa frågan till var Mayat Polatkan. Jag hade då försökt hitta tidigare shoorare i flera dagar och var redo att krama Mayat när hon äntligen svarade.

– Jag sommarjobbade på Fanzingo för tretton år sedan. Idag pluggar jag till byggingenjör och är färdigutbildad om ungefär ett år. Jag är även färdigutbildad lärare inom samhällskunskap. Jag flyttade till Västra Götaland efter min tid på Fanzingo, till en mindre stad en bit utanför Göteborg. Jag saknar inte riktigt Stockholm, jag älskar charmen med Göteborg. För tretton år sedan sa jag såhär om framtiden "då är jag färdigutbildad, jobbar med mitt drömjobb och har kanske bildat en familj". Idag är jag på väg att ha två olika utbildningar. Min tid på Fanzingo var väldigt roligt och lärorikt"



## MAYAT POLATKAN

Efter att ha pratat med Mayat Polatkan fick jag tag på Zineb Shwani, eller det var det jag trodde. Det var en man som svarade, tydligen hade jag ringt fel. Men det var inga problem, jag fick hennes nummer tillslut och fick äran att intervjua Zineb, som också jobbade på Fanzingo för tretton år sen.

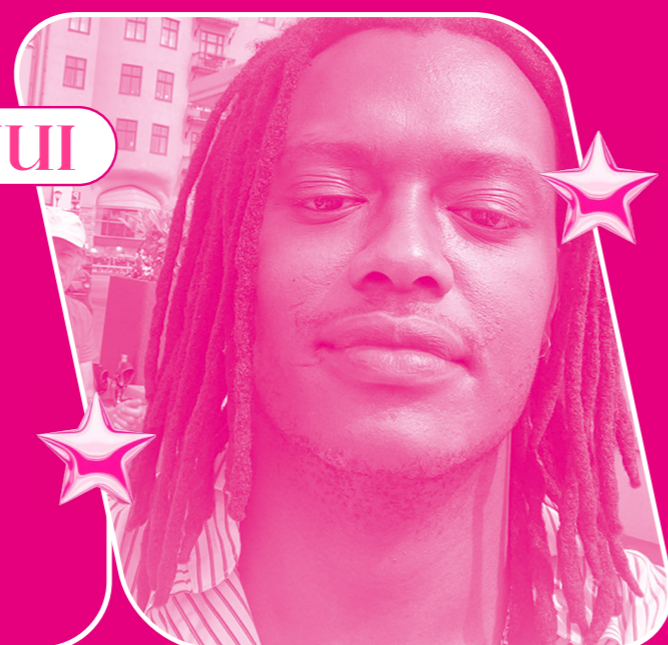
– Jag visste inte att det hade gått tretton år, det har gått så fort. Jobbet på Fanzingo var jätteroligt, trevliga kollegor och att det har gått tretton år är fortfarande otroligt. Idag jobbar jag inom ekonomi som redovisningsassistent. Jag känner ändå att jag har lyckats i livet då jag har fast jobb, inkomst, gift och så är jag tvåbarnsmamma. Under min tid på Fanzingo ville jag bli åklagare men under åren ändrade jag mig.



## JESSE KINYANJUI

Sist men inte minst, Jesse Kinyanjui. När jag pratade med honom under hans lunchrast slösade vi ingen tid och gick direkt in på hur han ser på sin tid på mediehuset.

– Att sommarjobba på Fanzingo var jättebra, jag har fortfarande kontakt med några som jobbar kvar. Det var en väldigt bra sommar det året. Idag pluggar jag ekonomi och jobbar samtidigt. Jag skulle ändå säga att jag har uppnått mina mål, skillnaden är bara att det inte är samma mål som jag hade som sextonåring. Jag brinner fortfarande för det kreativa men förmodligen inte på samma sätt som jag gjorde som tonåring. Då ville jag vara bakom kameran men nu vill jag vara ännu längre bak och min dröm just nu är att kunna finansiera filmer. Jag är jättetacksam för min tid på Fanzingo även om det var för nio år sen.



# ALLA VILL HA DINA KAKOR

TEXT: LEO WIGGERUD

Vad händer egentligen när man trycker på knappen som säger "acceptera alla kakor", och vad kan man göra för att skydda sina uppgifter online?

Kakor är uppgifter som sparas i en textfil i din webbläsare och har den primära funktionen att hjälpa webbsidor att hålla koll på vem du är genom inloggningsuppgifter, vad för preferenser du har, och vilka inställningar du använder. Men är det bara bra med kakor?

På många webbsidor handlar inte alltid kakor om ovan nämnda funktioner. Kakor kan spåra din aktivitet genom att kolla på vad du klickar på och genom att samla onödigt information om din dator eller mobil. Målet med detta är att ta reda på hur du betar dig och hur du använder en webbsidas tjänster. Detta görs för att skräddarsy annonser så att du ska konsumera så mycket så möjligt.

Kakor sparas inte bara individuellt för varje webbsida. De kommunicerar med och läses av flera webbsidor du besöker eftersom att de sparas i webbläsaren. Många webbläsare som är chromium-baserade, som till exempel Google Chrome, har på grund av just detta fått försämrat rykte. Kort sagt, din integritet invaderas genom att dina internetvanor blir spårade.

Hur kan man motverka detta? Det första och enklaste du kan göra är att helt enkelt avvisa kakor. Många webbsidor påstår att detta kan hindra vissa funktioner och försämra användarupplevelsen. I verkligheten sker snarare motsatsen. När man inte har en massa onödiga kakor som måste laddas in och läsas av så kan webbsidor ofta ladda snabbare.

Kakorna som används för att spara inloggningsuppgifter och inställningar är ofta gömda och sparas i alla fall, eller beskrivs som nödvändiga kakor som inte går att neka.

Genom att avvisa kakor kommer du en bra bit, men det bästa du kan göra som en vanlig användare är att byta webbläsare till Mozilla Firefox och installera uBlock Origin. Det kommer inte bara att blockera många onödiga kakor åt dig, utan du slipper också mycket av den reklam som finns online.

# - MEN VAD ÄR EN KAKA?



SÅ

Valentina Chamorro Westergårdh har arbetat inom många delar av filmindustrin. Allt från att skriva manus och regissera till att jobba med kollektivet Tjockishjärta Film. I dag är hon redaktör för kortfilm och dokumentär på SVT.

ARBETA

MAN MED

FILM:

# regissören Valentina berättar

CEXC: SAGA HOLMQUIST

### Vad har du pluggat?

– Jag har pluggat film på mediegymnasiet i Nacka strand. Sedan läste jag filmvetenskap ett år, en baskurs i film. Då hette det DI, Dramatiska institutet. Sen har jag gått lite kortare utbildningar, som manus och regi. Jag har också gjort egna filmer. Så det har pågått ganska länge.

### Vad gör du på ditt jobb nu?

– På SVT gör vi lite olika saker. Den största delen är att läsa manus och få in projekt som söker samproduktion, alltså finansiering för deras filmer som vill visas på SVT. Så jag bedömer ansökningar och förslag. De vi väljer att jobba med, de fortsätter jag att följa från manus till färdig film och sen publicering på SVT.

### Vad inom ditt jobb skulle du säga är roligast?

– Det är roligt när det kommer in ett bra projekt som man tycker känns kul och det är kul att kunna stötta filmare och andra regissörer och deras vision.

### Vad skulle du säga är svårast?

– Vi får in väldigt många förslag och vi måste säga nej till ungefär 90 procent. Så det är ju det svåra - att behöva ge avslag och att säga nej till personer. Man vill ju inte att någon ska lägga ner, jag vet själv hur jobbigt det är att få ett nej. Man vill ju istället uppmuntra andra att fortsätta försöka.

### Så hur gör du för att uppmuntra andra, har du några tips?

– Tips till yngre är att bara fortsätta. Det är svårt när man verkligen tycker om ett projekt som man har jobbat med länge som sen blir avslaget. Jag förstår att man lägger väldigt mycket hjärta i det, men man måste ändå försöka se utifrån ett större perspektiv och inte ta det för personligt. Kunna se att det är många andra som försöker också. Det är också av vikt att kunna ta till sig feedback och vilja utvecklas.

### När skulle du säga att ditt intresse för film började?

– Ganska tidigt, när jag gick i mellanstadiet kanske. Då började jag intressera mig för film. Jag ville göra egen film. Annars har jag alltid varit intresserad av att berätta historier. Jag har tyckt om att skriva och läsa mycket böcker och skrev när jag var yngre, det gör jag fortfarande idag.

### Vad var det första du gjorde inom film?

– Jag gjorde en kortfilm efter att jag hade gått en baskurs i film. Under utbildningen startade jag ett filmkollektiv med fyra andra vänner. Vi började göra massa filmer och hjälpte varandra så att vi kunde göra ännu fler filmer. Där gjorde jag då min första kortfilm med det här kollektivet och så skickade jag in den till festivaler och kom med på några olika, vann något pris och så fortsatte vi. Sen blev det här filmkollektivet ett bolag och så gjorde vi lite uppdrag och fortsatte.

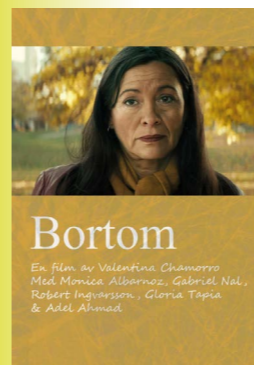
### Du har ju gjort både spelfilm och dokumentär, vad tycker du är roligast?

– Jag tycker spelfilm är roligast att göra, jag tycker om att skriva manus och regissera. Jag tror att det är roligt att skapa någonting helt, alltså att komma på en historia. Att man har lite mer kontroll över hur det kommer bli också.

### Har du någon som du ser upp till inom film?

– Nej, ingen specifik person så där, men det finns olika regissörer som man har gillat. När jag läste filmvetenskap så gillade jag en regissör som heter Wong Kar Wai från Kina. Han hade ett inspirerande och annorlunda sätt att göra film på tyckte jag, så det var en stor inspiration. Jag gillade hans filmer väldigt mycket. Det var ett speciellt sätt att berätta med väldigt mycket känsla.

Bland annat har Valentina gjort kortfilmerna Bortom och Séptimo.



## BORTOM

2014  
Bortom är berättelsen om Eva och Davids komplicerade mor- och son-relation. På grund av sonens dövhet och mamman som bara är på besök i Sverige och inte behärskar teckenspråket så bra, försvåras kommunikationen mellan dem.



## SÉPTIMO

2011  
Vincent är en ung och ensam man som söker efter kärlek, men han har svårt att hantera känslorna när han väl hittar dom. Hans längtan efter intimitet konfronterar honom med sina mörkaste sidor, vilket leder till en tragisk händelse som påverkar alla inblandade.



# SÅ TYCKER BOTKYRKAS UNGA OM KLIMATKRISEN

TEXT: EMMA LUNDIN

I dagens medier beskrivs klimatkrisen ofta ur vuxnas perspektiv. Samtidigt är det vi unga som kommer att drabbas mest av klimatförändringarna. Jag bestämde mig för att fråga Botkyrkas unga om vad som oroar dem mest. Alla som svarade bad att få vara anonyma.

## HUR KÄNNER DU KRING DEN AKTUELLA KLIMATKRISEN?



Jag känner mig oroad och arg för det känns som att inget på riktigt förändras. Det som oroar mig mest är hur de blir mer och mer naturkatastrofer som dödar människor. Det är hemskt att folk behöver fly sina hem. Också hur mina framtida barns liv kommer se ut. Sen självklart också djuren som vi förstör planeten för, som är helt oskyldiga. Dessutom att de människor som drabbas värst av klimatförändringar idag är de som bidragit minst, oftast.

TJEJ 17 ÅR, VÅRSTA



Jag känner att vi inte är rädda nog om våran planet. Jag blir ledsen för jag vet att om vi fortsätter såhär så kommer jorden förmodligen att gå under.

TJEJ 16 ÅR, VÅRSTA



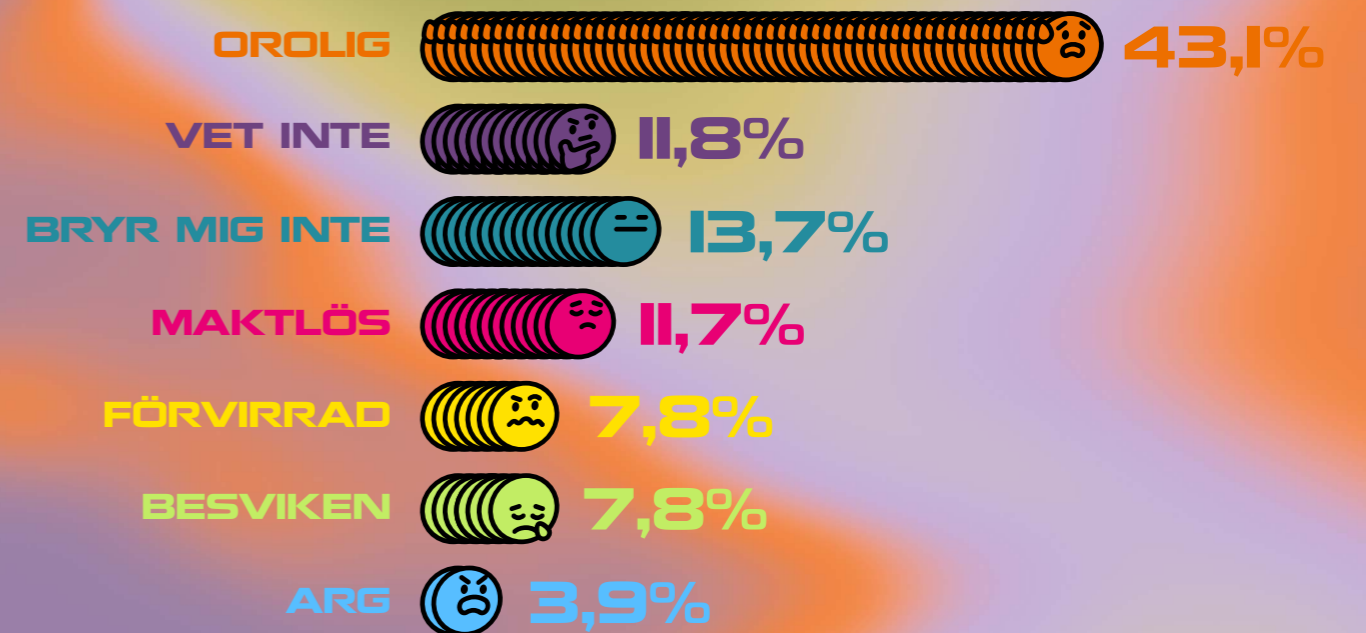
Tanken av klimatkrisen skrämmer mig eftersom att det har blivit så mycket värre på så kort tid, jag tror att det finns mycket mer vi själva kan göra men också mer som styret i olika länder kan göra. Det är de som styr som har ekonomi till att faktiskt göra en skillnad, men istället lägger många länder pengar på onödiga saker som kan förvärra klimatkrisen.

TJEJ 17 ÅR, TULLINGE

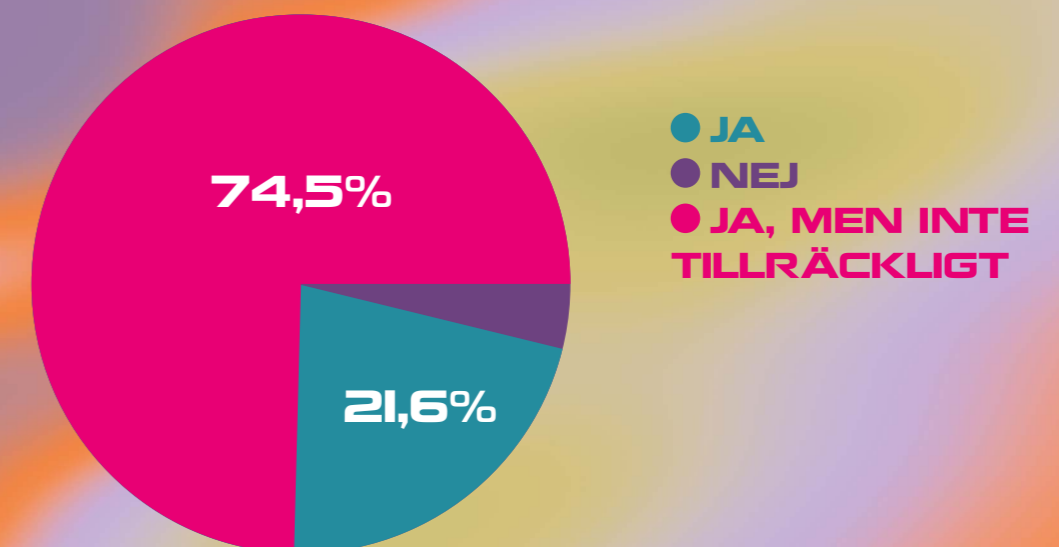
## UNDERSÖKNING

Jag bestämde mig också för att göra en liten undersökning för att få reda på hur unga känner kring den aktuella klimatkrisen och om de tycker att vuxna gör något för att förhindra förändringarna i klimatet. Jag skickade då ut en enkät med två frågor till ungdomar som bor i Botkyrka där 51 stycken svarade. Resultatet blev följande..

### HUR KÄNNER DU KRING DEN AKTUELLA KLIMATKRISEN?



### TYCKER DU ATT VUXNA OCH DE MED MAKT, TEX STATER, GÖR NÅGOT FÖR ATT FÖRHINDRA KLIMATFÖRÄNDRINGARNA?





Att vilja ha mer av något man känt

att få tillbaka en fin känsla

att återuppleva en fin känsla

även fast man vet att de inte går  
så vill man ha tillbaka det

Jag kommer aldrig få uppleva dig igen,

Dina intryck lever kvar i min hjärna  
medan du lever som någon annan.

Din melodi levde i mina trumhinnor  
och skapade en fin harmoni med mina hjärtslag

Som att lyssna på en favoritlåt och bli trött på den.

Som att äta en favoriträtt om och om igen

men smakerna tynar bort efter varje bitt.

Nu låter vi mer som gnissel,

distansen mellan oss

Två olika sånger

Två olika visor

gör att vi blir två olika stycken.

Du lever hos mig som en påminnelse

om något jag har förlorat

Något jag hade velat ha

Något jag vill känna igen

En fin känsla

Något jag aldrig kommer att uppleva igen.

# "Jag kände inte igen mig i den teater som fanns"

TEXT: OLUCHI NICOLE ANOCHIAM

**Fyra frågor till Nisrin Berrada, som leder "Scen utanför C", ett teaterprojekt av unga, för unga.**

## Vem är du?

Oj, jag var inte beredd på den frågan. Jag kan säga att jag blivit mer spirituellt över tiden så jag ser mig inte riktigt som mina egenskaper. För jag är mycket hela tiden. Om jag får vara klyschig skulle jag säga att jag är Alby. Då menar jag som en representant för min hemort.

## Vad är "Scen utanför C"?

"Scen utanför C" är ett tvåårigt projekt som startades av föreningen Ung teaterscen i samarbete med Riksteatern. De startades för att främja verksamheter inom kultur och scenkonst i orter utanför stan. "Scen utanför C" står för scen utanför det centrala. Vi ville tillgängliggöra scenkonsten för ungdomar. Det ska liksom inte vara så svårt att ta del av för någon som tycker om teater, samtidigt som det ska tilltala ungdomar.

## Har du någonsin haft en hobby?

Botkyrka är en sån guldgruva av kultur. Jag deltog i många projekt som ung, men nu jobbar jag mycket med forumteater. Det kallas för "de förtrycktas teater" och kommer från Brasilien. Man jobbar med teatern som ett verktyg för att få fram folks egna röster. Slutmålet med projektet "Scen utanför C" är att engagera fler unga från "orten" att skapa sina egna teatergrupper.

## Vad skulle du säga till någon som är ny eller inte vågar ta del av teater?

I början kände jag inte igen mig i teatern som fanns. Men när jag lärde mig vad forumteater var och att man kunde skapa scener utifrån sina egna egenskaper, liksom bara prata med andra människor och ställa frågor såsom "hej vad har vi för orättvisor?" och sedan skapa konst utifrån det. Då blev det något jag ville göra. Så ställ dig själv frågan: varför är du rädd för teater?





**DU HÅLLER JUST NU I TIDNINGEN SHOO SOM VARJE SOMMAR PRODUCERAS AV UNGA I BOTKYRKA. HELA TIDNINGEN GÖRS PÅ EN MÅNAD, AV UNGA SOM FÅR LÖN AV KOMMUNEN FÖR ATT GÖRA JOURNALISTIK TILLSAMMANS MED FANZINGO.**

**VILL DU VARA EN DEL AV SHOO-REDAKTIONEN NÄSTA SOMMAR? SÖK FERIEPRAKTIK PÅ [BOTKYRKA.SE](https://www.botkyrka.se) SENAST FEBRUARI 2024.**

*Fanzingo finns i Alby och är Sveriges viktigaste mediehus.  
Sedan 2005 har vi verkat för fler inkluderande medier.*

**BOTKYRKA  
KOMMUN**

