

SHOO

20 ÅR

2020

JOURNALISTEN
ALEYNA KAYA
SIKTAR MOT
STJÄRNORNA

ATT SKAFFA BOSTAD
BORDE VARA
EN RÄTTIGHET
OCH INTE EN LYX

LITE HOSTA SKADAR
INTE, ELLER?

HUR UNGA I FÖRORTEN PÅVERKATS
AV CORONAVIRUSET

GERILLAODLING: EN ICKE-VÅLDSAM RÖRELSE AV VÄXTSPRIDARE

AYSHA JONES: VALDE INTE ATT BLI AKTIVIST + EN MASSA MER!

I år är det tjugonde året vi unga i Botkyrka gör tidningen "Shoo".

Under de senaste 20 åren har världen genomgått stora förändringar, men syftet med Shoo-tidningen är fortfarande detsamma. Att göra sin röst hörd. Om vi inte hade haft den möjligheten - hur hade de unga i Botkyrka haft det idag?

"Alla sommarjobb är inte dåliga" är rubriken i tidningens allra första ledare och det är något även årets skribenter kan instämma i. Ett sommarjobb på Fanzingo ger ungdomar ett tillfälle att berätta sin egen historia utifrån sitt eget perspektiv. "Shoo" är en tidning skriven av unga för unga för att visa att allas historier är viktiga, även de som sällan syns i annan media. "Shoo" ser till att ungas röster blir hörda utan att någon annan styr innehållet. Att göra sin röst hörd är betydelsefullt för att kunna inkludera alla och för ett öppnare samhälle. Vi tycker att det är viktigt då världen ibland kan kännas ensam, särskilt i tider som dessa där vi inte får träffas som vanligt.

2020 har inneburit stora förändringar för världen och även för oss på Shoo-redaktionen. Årets sommarjobb har skiljt sig från de tidigare på grund av covid19. I år har vi till stor del

arbetat med tidningen hemifrån och haft kontakt med varandra online genom Zoom och Whatsapp. Trots förutsättningarna har vi ändå lyckats få till en tidning som vi är stolta över. I årets nummer undrar vi vem som egentligen har rätt till staden? Därför kan du till exempel läsa om varför alla ungdomar borde få ett gratis SL-kort och om att skaffa bostad borde vara en rättighet och inte en lyx. Vi tar även upp aktuella ämnen som hur coronakrisen har påverkat förorten och intervjuat Aysha Jones om Black Lives Matter. Du kan även läsa om psykisk ohälsa, klimatfrågor och mer lättsamma ämnen som odling och pluggtips. Vi hoppas att du kommer att tycka att årets ämnen är intressanta.

Årets skribenter kommer från olika delar av Botkyrka. Vi tror att det bidrar till en större mångfald och en möjlighet för fler att känna igen sig i det vi skriver. Vi har alla olika erfarenheter och perspektiv och till och med olika jargonger som vi vill dela med oss till er alla. Vi hoppas att tidningen kommer fortsätta vara uppskattad.

Det här är Shoo 2020.

ANSVARIG UTGIVARE: ELLEN TEJLE

REDAKTÖR: THERESE KARLSSON

PROJEKTLEDARE: LUIS LINEO & SARA WALL

HANDLEDARE: SARA RAD

FORMGIVARE: SIMON GRAF & SIRI HAGERFORS

OMSLAGSBILD: LEONORA TOPLICA

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

- 4** REDAKTIONEN
- 6** VI MINNS
- 8** AYSHA JONES: VALDE INTE ATT BLI AKTIVIST
- 12** LITE HOSTA SKADAR INTE, ELLER?
- 14** SKILDA VÄGAR
- 16** STUDERA SMARTARE
- 18** FRÅN PRINSESSA TILL ATT HITTA SIN EGEN VÄG
- 20** GE ALLA UNGDOMAR ETT GRATIS SL-KORT!
- 22** TRENDSPANING: STADSODLING
- 24** HON HYLLAR MAMMOR GENOM ODLINGEN
- 28** GERILLAODLING
- 32** SATSA PÅ TÅGEN!
- 34** DEN MÖRKA SKOGEN
- 38** SHOO 20 ÅR
- 40** KROPPSAKTIVISTEN KAJJAN
- 44** JA, JAG ÄR FEMINIST, ÄR INTE DU?
- 46** VILKA EFFEKTER HAR SOCIALA MEDIER PÅ OSS?
- 48** STARK SOM EN OXE
- 50** DUNGEONS AND DRAGONS
- 54** ATT SKAFFA BOSTAD BORDE VARA EN RÄTTIGHET
- 56** FOTOREPORTAGE: ÖRNBERGET
- 57** WE IN SWEDEN – BERÄTTELSEN OM SVERIGE
- 58** JOURNALISTEN ALEyna KAYA SIKTAR MOT STJÄRNORNA
- 62** HAN ANVÄNDER SITT FÖRFLUTNA
- 65** FOTOREPORTAGE: BRUNNASKOLAN
- 66** KOKAIN ÄR DJÄVULENS DROG
- 68** ALBYRÅDET ÄR AV UNGDOMAR, FÖR UNGDOMAR
- 70** KYSSAR TILL BEATET I MINA HÖRLURAR
- 72** MMESOMA TIPSAR: MUSIKALBUM
- 73** 10 STEG TILL ATT BÖRJA MED MUSIKPRODUKTION
- 74** FOTOREPORTAGE: ASPENSJÖN
- 75** FILMQUIZ: HUR MYCKET KAN DU OM FILM?

REDAKTIONEN

- 1 Bästa minnet från sommarjobbet
- 2 Om jag var ett djur hade jag varit....



Felicia Hellestedt
17 år, Tullinge

1. Det bästa med den här praktiken har varit att träffa alla!!
2. En säl, för att sälar ser alltid gulliga ut även om de har en dålig hårdag!



Celine Metni
16 år, Tullinge

1. Mitt bästa minne var när jag fick komma och jobba på kontoret och lära känna folk.
2. Ett plankton, för att jag vill dö fort.



Anahit Tovmasyan
17 år, Alby

1. Mitt roligaste minne har nog varit att intervjuas och lära känna inspirerande människor.
2. En örn.



Firdos Ibrahim Faras
18 år, Tumba

1. Det roligaste har varit att träffa alla och få lära känna dem!
2. En fågel.



Mmesoma Ezekiel
17 år, Alby

1. Roligaste minne var dom spontana diskussionerna med handledarna.
2. En gam.



Mia Kailokari Petkovic
17 år, Fittja

1. Mitt roligaste minne är när vi filmade på Fanzingo och hela teamet inte kunde sluta skratta.
2. Ett lodjur.



Elis Lyatif
16 år, Vårsta

1. Få ta del av värdefulla arbetslivserfarenheter och testa olika arbetsuppgifter.
2. Gepard, de är skickliga, har skarpa sinnen och jagar med fart.



Saga Arledal
16 år, Tullinge

1. Det roligaste minnet är att lära känna nya personer.
2. En fågel.



Aber Hamid Taban
16 år, Norsborg

1. När vi filmade in filmen "jag är svensk" och när det blev mycket bloopers.
2. En kanin, dem är så fina och söta.



Jens Roger Fernando Pulle
17 år, Hallunda

1. Bästa minnet för mig var när vi fick våra första uppgifter. Det var kul och spännande.
2. Ett lejon - för mitt hemlands flagga har ett lejon och jag gillar lejon.



Moa Blomqvist

15 år, Tullinge

1. Mitt bästa minne är när min kompis kom hit och spelade in podden med mig
2. En Chihuahua så jag kan vara med i Chihuahuan från Beverly och bli känd.



Johan Jarlheden

17 år, Tullinge

1. Bästa minne när vi fick träffas på Fanzingo
2. En krokodil, för att dom är så bra jägare.



Kelechi Anochiam

16 år, Alby

1. Det roligaste var nog att filma filmen.
2. Kameleont.



Robin Tjergefors

15 år, Tullinge

1. Mitt bästa minne skulle nog vara sista dagen! Har haft kul och verkligen lärt känna folk.
2. En utter, för att Felicia sa att jag skulle ta det.



Melvin Pencheff

16 år, Tullinge

1. När vi filmade till filmen
2. En katt, för att då behöver jag inte göra något.



Luis Lineo, Projektledare

44 år, Älvsjö

1. Första dagen på Zoom och sista dagen LIVE.
2. Enligt min partner Brunbjörn. Mjuk och stark, går i ide när det behövs, jagar och blir arg när det behövs, fördelar energi, tar hand om och äter blåbär.



Klara Wahlberg

16 år, Tumba

1. Mitt bästa minne är sista dagen när vi gick igenom allas arbete på redaktionen.
2. En havsörn, för det hade varit härligt att flyga.



Sara Wall, Handledare

29 år, Hallunda

1. När jag märkte hur bra det gick att lära känna varandra och samarbeta via datorn, eftersom vi inte kunde ses IRL så mycket.
2. En vildhäst, för vem vill inte vara en vildhäst?



Sara Rad, Handledare

25 år, Jakobsberg

1. Sista dagen då alla presenterade sina arbeten. Blev tårögd som en stolt hönsamma.
2. En val, de reser långt och långsamt.



Therese Karlsson, Redaktör

39 år, Tumba

1. När några som inte anmält intresse för att skriva något till Shoo ändå ville det under feriepraktikens gång!
2. En fluffig hund eftersom att jag själv alltid drömt om ett vackert hårsvall!



Stella Norman

17 år, Tullinge

1. Det bästa minnet är förmodligen när man fick träffa alla för första gången.
2. En svan.

~~~~~  
**Erik Sandegren**, 18 år från Tumba, har också medverkat som fotograf.

VI MINNS ALLA DE SOM FALLIT  
OFFER FÖR GATUVÅLDET



”DET ÄR BARA DU SOM SER MIG  
GRÅTA, FRÅN HIMLEN SER DU  
ALLA MINA TÅRAR”

– Mardrömsminuten av Lilly L

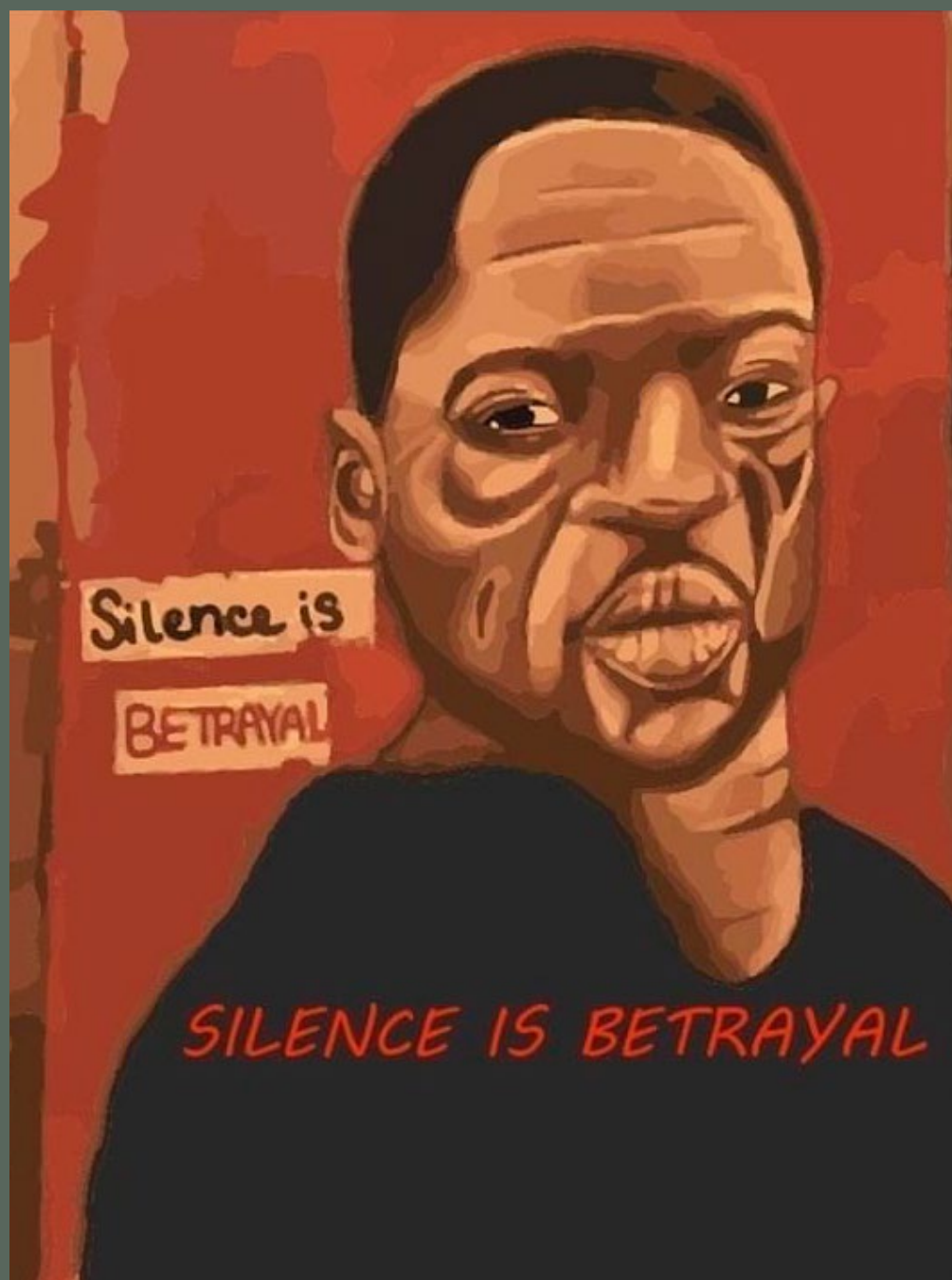


ILLUSTRATION AV JENS FERNANDO PULLE







# Aysha Jones: valde inte att bli aktivist

Intervju med grundaren  
av organisationen Black  
Lives Matter Sweden

TEXT: KELECHI ANOCHIAM

FOTO: KATRIINA MÄKINEN

**A**ysha Jones valde inte att bli en aktivist utan aktivismen valde henne. Som liten var hon alltid medveten om sin omgivning och rasismen som pågick dagligen.

Idag är Jones mamma till tre barn och jobbar som bland annat stylist, makeup-artist och entreprenör utöver aktivismen. Jag hörde av mig till Aysha för att få veta mer om hennes liv och hennes aktivism, speciellt i relation till de senaste "black lives matter"-protesterna. Jones är personen som arrangerade de digitala demonstrationerna, i juni 2020 då c:a 70 000 personer checkade in digitalt på USA:s ambasad i Stockholm för att protestera mot rasism och polisbrutalitet mot svarta. ➔

### Vad inspirerade dig till att ordna den digitala protesten?

– Jag skulle vilja säga att det är en rad olika saker. Jag har alltid varit aktiv i samhällsfrågor och frågor som gäller icke-vita människor, rasism, mångfald, inkludering och så vidare. Dessutom har jag jobbat med sådana här frågor via mitt klädmärke och via alla mina företag som jag har. Men, mordet på George Floyd var väl det som gjorde att allt bara kändes för mycket och att vi behövde få en förändring i världen och i Sverige. Mordet tog fram så mycket smärta, sorg och frustration.

### Vems fel är det att många utsätts för rasism redan i ung ålder?

– Samhället lär våra barn att det är okej att vara rasister, att det är skillnad på svarta, vita, orangea, lila människor och så vidare. De ser mycket saker i hemmet och det är framförallt föräldrarnas ansvar att ge sina barn en bra grund. Men det är också samhällets ansvar. Det är skolans ansvar att lära ut rätt information om historien bakom rasism. Det är politikernas och beslutfattares skyldighet att se till att man ändrar de strukturer och normer som gör att rasism kan få fortsätta. Det är även grannens fel. Varför säger grannen inte någonting när den hör eller ser en person bete sig på ett sätt som inte är rätt? Så det är allas fel.

### Vad tycker du om att folk säger "all lives matter"?

– Jag tycker att det är samma sak som när man säger "inte alla män" när man pratar om våldtäktsmän. Det är som att säga att vita utsätts för

omvänd rasism, vilket inte finns. Alla liv räknas självklart, det är ingen som debatterar det. Men svarta liv är inte de som räknas i systemet, i samhället. Genom att säga "black lives matter" så vill man lyfta dem som har det värst i samhället och genom att lyfta dem så lyfter man hela samhället. Att säga "all lives matter" i en sådan kontext är bara ett förminskande.

### Hur kan man som icke svart person ta del av denna rörelse?

– Man kan vara tyst och lyssna och lära sig från svarta människor. Inte förminska när vi förklarar hur det ser ut. Jag tror att man som icke-svart ska "checka" sig själv och sina privilegier och checka människor runt sig. Man kan använda det faktumet att man inte är svart till att förbättra livet för svarta.

### Vad är det första minnet av rasism för dig?

– Jag vet inte om jag minns mitt första minne av rasism, men jag minns mitt starkaste minne av rasism. Mitt starkaste minne var att jag sprang för livet för att mina syskon, kusiner och jag själv på avstånd ser nynazister springa mot oss. Det är så att min lillebror som är svart och vit och väldigt mycket yngre än mig inte sprang tillräckligt snabbt och därför fick nynazisterna tag på honom. De kastade honom i en brasa och sa att han var ett bevis på landsförräderi. Enligt dem hade hans föräldrar begått landsförräderi, eftersom att hans vita förälder hade skaffat barn med en svart person. När man upplever så mycket rasism och så mycket hemskheter i en så ung

”Mordet på George Floyd var väl det som gjorde att allt bara kändes för mycket och att vi behövde få en förändring i världen och i Sverige. Mordet tog fram så mycket smärta, sorg och frustration.”

ålder, så har man en tendens att på något sätt blockera det och inte vilja komma ihåg. Så mycket flyter ihop och det är svårt att veta exakt vilken tidpunkt eller var något sådant händer, men man vet att det har hänt och man kommer ihåg känslorna och rädslan.

**Vilka är dina förebilder och varför är de dina förebilder?**

– Jag tror att vem man ser upp till förändras dagligen. Jag ser upp till allt och alla. Jag ser upp till min granne,

människorna jag möter på bussen, mina vänner, min familj och så vidare. Mina förebilder är vanliga människor. En människa jag ser kämpar för sitt liv och vill göra det bättre för sig själv. Du är till exempel min förebild, som ungdom som har tagit ett sommarjobb istället för att vara ute på sommaren och chilla i solen. Du försöker göra livet bättre för dig själv genom att tidigt skaffa dig en arbetserfarenhet som kan leda till någonting för dig och din familj i framtiden. ✨



# LITE HOSTA SKADAR INTE, ELLER?

TEXT OCH FOTO:  
MMESOMA EZEKIEL

## Hur unga i förorten påverkats av coronaviruset

RÅTTEN TILL STADEN

**N**ågot som mina vänner, omvärlden och jag uppfattade som en vanlig förkylning i början av året har tagit världen med storm och i princip förändrat allas liv under 2020. Den 31:a januari fick vi i Sverige det första bekräftade fallet av Covid-19 och sedan dess har våra liv sett annorlunda ut. Allt från hur vi hälsar på varandra med armbågen eller foten till att olika länders gränser stängts ner.

På olika nyhetssajter började det rapporteras om att coronavirusets spridning i Sverige drabbar förorterna hårdast. Även om definitionen av ordet förort bara är en ort som ligger nära en större stad, så pratar man numera oftast om socioekonomiskt utsatta områden när man nämner "förorten". Det var dessa förorter det talades om och jag fruktade hur nyheterna skulle förstärka de redan rasistiska fördomarna som finns om människor från förorten som har invandrabakgrund.

I Expressen den 28:e juni i år beskriver statsepidemiologen Anders Tegnell coronaviruset som en sjukdom med väldigt stark socioekonomisk koppling. Detta innebär att olika faktorer som låg inkomst och trångboddhet bidrar till varför spridningen är extra stark i vissa områden. Konsekvenserna av det är stora, och många av samhällets "fotsoldater" bor i dessa områden; undersköterskor, busschaufförer, städare och

barnskötare, som varje dag krigar för att samhället ska gå runt.

Vi ungdomar har kanske inte drabbats lika hårt av coronavirusets effekter, men våra vardagsliv har förändrats. För oss fortsätter skolan men på ett annat vis men många unga vars föräldrar är samhällets fotsoldater är så klart oroliga över deras trygghet.

Gymnasieskolor, med undantag för gymnasiesärskolan, har under våren 2020 för det mesta bedrivit undervisning på distans. Enligt en rapport från Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES) så kan det bidra till ojämlikhet i undervisningen. Skolmältider kan dessutom vara viktiga för ungdomar från familjer som har det svårt ekonomiskt. Runt om i landet kan unga från otrygga hemförhållanden vara särskilt utsatta nu när skolan sköts hemifrån på grund av ökad risk för våld i hemmet. Men att ha undervisning på distans kan också vara en fördel för ungdomar som har det svårt socialt och därför föredrar att studera hemifrån.

För att få en bättre bild av hur coronaviruset har påverkat ungdomars liv i Botkyrka så bestämde jag mig för att prata med mina kollegor på Shoo-redaktionen om deras erfarenheter och tankar. Vem vet bäst hur livet påverkas som ung i Botkyrka om inte vi som är unga och bor här? ✨



### **Anahit, 17 år, Alby**

Den svåraste har varit att hålla distans eftersom att jag brukar alltid vara så kramig av mig. Jag försöker alltid göra det bekvämt och mysigt i mitt rum där jag sköter mina studier och spenderar resten av dagen. Jag tror att det vi kommer lära oss av allt det här är att det alltid finns en lösning. Det märktes väldigt tydligt att miljön fick andas lite när alla flygresor ställdes in. Människor kanske inser att vi borde minska med flygresor för vår miljöns skull.

### **Celine, 16 år, Tullinge**

Jag har inte haft svårt med att hålla avstånd från folk jag inte känner, men det har varit svårt för mig att hålla mig borta från mina vänner eftersom att jag älskar att vara runt dem. Min skolgång har inte påverkats mycket, för att jag gick i högstadiet. Niornas nationella prov blev inställda och balen blev lite annorlunda. Många av mina vänner från andra skolor hade inställd bal. Det har dock varit jätteskönt att åka buss gratis. Jag hoppas att samhället lär sig hur man hanterar en pandemi. Vad som helst kan hända, när som helst. Vi borde lära oss att uppskatta den vanliga "tråkiga" vardagen, med familj och vänner.



### **Mia, 17 år, Fittja**

Jag har börjat att rita igen vilket var en passion som jag hade tappat under de sista åren. Annars är jag med min familj och då och då träffar jag upp mina vänner som inte är i en riskgrupp. Att inte kramas har varit svårt för när jag träffar exempelvis släktingar så känns det konstigt när jag inte har träffat dem på länge. Men miljön tror jag har mått bättre av att människor är hemma mer.

# SKILDA

TEXT: MELVIN PENCHEFF

**2** 015 så skildes mina föräldrar. Jag som många andra tänkte på hur det skulle vara. Skulle jag få dubbla presenter på min födelsedag? Eller hur skulle det nya området jag och mina syskon skulle bo i se ut?

Jag vill skriva den här krönikan för att lyfta fram att det kan vara väldigt svårt att leva med skilda föräldrar. Jag vill berätta om hur det är att ha föräldrar med olika tillgångar, alltså hur mamma har mer pengar än min pappa. För mig har det alltid varit en grej att jag inte kan göra lika mycket hos den ena som hos den andra föräldern.

Det jobbigaste med att mina föräldrar skilde sig var att jag inte fick veta den riktiga anledningen till varför de skildes. Då trodde jag att det var för att min pappa var borta mycket men egentligen var anledningen att min mamma tappat kärleken för min pappa. Idag vet jag också varför vi inte fick veta den riktiga anledningen till varför de skildes. Vi var inte tillräckligt gamla för att förstå vad det innebar. Så när jag fick veta den riktiga anledningen blev jag sur och väldigt besviken på min mamma. Efter skilsmässan blev det mycket bråk mellan mig och mina föräldrar. Jag växlade mellan att vara ledsen och arg, när allt jag ville var att vara glad.

KRÖNIKA

# VÄGAR

# ”När vi åker hem till pappa så får vi bo på en plats med andra sorters hem, vägar, hus och personer.”

Min pappa har haft det lite svårare efter skilsmässan. Han hade först inget hem som vi kunde bo i så det var väldigt svårt för honom att ta hand om oss. Han hade inte heller ett fast jobb, så det gjorde det svårt för honom att försörja sig själv och oss. Det blev svårt att göra aktiviteter med honom och det gjorde att det inte var så roligt att vara hemma hos honom. Då blev det mer att jag var hemma hos mamma istället. Till exempel så kan vi åka utomlands med mamma men inte med pappa.

Men den största skillnaden hemma hos pappa är området som han flyttade till. Det är ett område som är helt och hållet annorlunda från området som jag och mina syskon har växt upp i innan skilsmässan. När vi åker hem till pappa så får vi bo på en plats med andra sorters hem, vägar, hus och personer. Det blir annorlunda för att det blir en okänd plats för mig som gör att allt blir som om det är nytt.

Mina syskon tyckte att det var jobbigt att åka till skolan från pappa för att det var väldigt långt. Därför började mina syskon vara hos pappa varannan

helg, istället för varannan vecka som det var i början. Jag däremot försökte vara hos pappa så mycket som möjligt. Det jag kände när pappa var ensam var hemskt. Jag ville såklart vara hemma hos båda föräldrarna, men det var inte så lätt. Jag har min dator hemma hos min mamma och mina kompisar bor vid området där mamma bor.

Jag har fortfarande en dålig känsla när jag inte är med pappa så mycket. Känslan försvinner inte för att jag vet att jag vill vara hemma hos honom.

Jag vet att många kan relatera till det här för att det är många som har skilda föräldrar och att det i vissa fall blir som att man lever i två olika "samhällsklasser". Jag känner att jag besöker olika samhällsklasser på resan mellan den ena föräldern till den andra. Det blir som att jag tillhör båda "klasserna" på samma gång.

Jag vet att det är många som känner igen sig i det jag skriver med olika "klasser" och att ha skilda föräldrar med olika ekonomi. Min förhoppning med den här texten är att fler ska veta att de inte är ensamma och att det är fler än man tror som har det så. ✦



# STUDERA SMARTARE!

TEXT: CELINE METNI

Vi spenderar timmar i skolan ofokuserade och oengagerade och sedan sitter vi hemma i flera timmar och försöker förstå det vi knappt lyssnade på under lektionen. Men vad är det bästa sättet att plugga på? Är det skolans sätt? Ska man anteckna under en genomgång? Ska man markera viktig information i en bok och sedan läsa det om och om igen?

Vi har alla olika sätt att lära oss saker på, så därför är det viktigt att veta vilka studietekniker som kan hjälpa dig mest. Du kan prova olika studietekniker och se vilka som passar dig bäst.

## LÄR DU DIG BÄST VISUELLT?

Kolla på en video eller film om det ni jobbar med, eller rita de olika kroppsdelarna för att lära dig deras namn. Anteckna med färger och bilder så att det blir roligare. Läs en bok om det ämnet ni jobbar med.

## LÄR DU DIG BÄST AUDIELLT?

Lyssna på en bok eller när din lärare eller professor förklarar något som t.ex. en bild eller text. Ställ frågor så att du får höra svaren. Då kommer din hjärna komma ihåg informationen bättre.

## LÄR DU DIG BÄST GENOM ATT GÖRA?

Kinestetiskt/taktilt lärande innebär att du lär dig bäst genom att utföra och göra, genom att använda din kropp. Rollspel och gruppövningar kan hjälpa dig att lära dig då ni utför något praktiskt.

# 9 OCH 1/2

## PLUGGTIPS FÖR ATT STUDERA SMARTARE

---

1

Dra nytta av dina lärare. Om du förstår dina lärares förklaringar och tycker att deras sätt att lära ut funkalar för dig, ställ frågor och diskutera ämnet med dem.

2

Använd andra läromedel. Ibland kan det vara svårt att förstå allt läraren förklarar. Därför kan det vara bra att ta hjälp från t.ex. Youtube, böcker och hemsidor.

3

Prata med dina klasskompisar. När du börjar med ett nytt område kan det vara hjälpsamt att sitta med en eller två klasskamrater och diskutera ämnet tillsammans – du får olika synpunkter och det kan vidga din syn på ämnet.

4

Öva på gamla prov. Om du har ett nationellt prov eller ett kursprov kan du titta på gamla prov och öva på frågorna för att få en bild av hur årets frågor kommer vara.

5

Använd dig av bildkort s.k. "flash cards", men för att det ska vara effektivt behöver du upprepa frågorna på korten dagligen. Gör korten simpla! Skriv inte breda frågor med detaljerade och långa svar, för det är svårt att komma ihåg.

6

Förstå det du ska lära dig innan du försöker memorera det. Det är svårare att komma ihåg något om du inte förstod det från början och även om du minns det kommer det bara att stanna i minnet några dagar eller någon vecka.

7

Ta raster. Med raster menar jag inte kolla på mobilen i tio minuter för då är det stor risk för att du tar rast hela kvällen. Gå istället till köket och ta ett glas vatten eller gör lite te/kaffe. Rör på dig så att du kan fokusera på ditt plugg när rasten är slut.

8

Var pluggar du bäst? Fokuserar du bäst i en lugn omgivning, prova då att sitta i ett bibliotek eller, om du har det lugnt hemma, kan du sitta vid ditt köksbordet. Men om du fokuserar bättre när du har ljud runt omkring dig, prova att sitta på ett kaffé eller plugga med några vänner (om ni vet att ni faktiskt får något gjort).

9

Kvalitet över kvantitet. Det är bättre om du pluggar mer effektivt och lärorikt en kort stund än att du pluggar i flera timmar utan att få något gjort. Exempel på vad du kan göra är att vara i ett ostört rum utan mobil eller andra störningsmoment eller att ...

9 1/2

...planera. Vid vilken tid på dagen är du mest fokuserad och pigg? Lägg in studietid då för att studera effektivt. Det är också bra för att ha koll på när du har fritidsaktiviteter eller när du ska träffa kompisar för att på bästa vis få in tid för att plugga.

# FRÅN PRINSESSA TILL ATT HITTA SIN EGEN VÄG

– Om att vara ung och ha svårt att bestämma sig

TEXT: KLARA WAHLBERG ILLUSTRATION: MIA KAILOKARI PETKOVIC



**Ska jag åka till USA och satsa på skådespelarkarriär, jobba på kontor i Hökarängen, åka jorden runt, bli skidlärare i Alperna, speldesigner eller möjligen bli uberchaufför? När kommer jag att få svar?**

**När jag fyllde i mitt gymnasieval** i nian slog tanken mig att jag inte har den blekaste aning om vad jag vill jobba med eller hur jag vill att framtiden ska se ut. Många av mina kompisar vet redan vad de ska vidareutbilda sig till efter gymnasiet och var de sedan vill bo.

En eftermiddag satt jag i klassrummet och vår mentor gick varvet runt och frågade alla elever om vad de ville jobba med senare. De flesta berättade utförligt om deras framtid och vad de ska bli, men när frågan kom till mig blev jag fundersam. Allas ögon låg på mig och jag kunde bara få fram "Jag vet inte". Sedan dess har jag försökt svara på den frågan, men jag trampar endast runt på samma plats. Fast i tankarna om att inte veta.

När kommer jag få svar? Hur kommer jag att veta? Ska jag låta slumpen styra eller planera? Ska jag gå efter det jag vill eller välja det jag vet att jag klarar? Om jag vet vad jag vill och senare vill byta vägval, ska jag då våga gå eller borde jag stanna? Det är några av mina tankar som maniskt går på repeat.

Varje gång någon har frågat mig om framtiden har jag tyckt att det har varit jobbigt att inte veta, dels på grund av vad andra ska tycka men även för att framtiden inte känns lika solklar som den verkar göra för andra. Det har gett mig en viss ångest.

När jag var liten ville jag bli prinsessa,

annars skådespelare eller pilot. Framtiden var ett enda stort sagoland och det är den fortfarande kanske, men sakta och säkert närmar sig vuxenåren och vi förväntas ha allt uttänkt. Sagolandet styrt av drömmar förvandlades genom åren till någonting ångestfyllt och oklart.

Möjligheterna i livet är oändliga, vilket är befriande, men ibland skapar den vetskapen kaos i hjärnan. Det finns nästan för många val, så det blir svårt att välja riktning. För om jag väljer en väg kanske jag går miste om någon annan, mycket bättre. När det väl kommer till kritan känns det svårt att landa någonstans.

Nu försöker jag landa i att inte veta och acceptera det, för jag är säker på att allt löser sig i slutändan.

Eftersom mycket sker i våra liv är det alltid intressant att fråga vuxna vad de ville bli när de var yngre eftersom det ofta skiljer sig från det spår de tog senare. Min pappa ville bli brandman, men slutade som inköpare i Södertälje. Min moster ville bli flygvärdinna, men jobbar nu i musikbranschen i Toronto.

Livet skiftar och tar olika vändningar och min slutsats idag som sextonåring är att livet är en upptäcksfärd och att man inte behöver oroa sig för att inte veta. Alla har sina egna resor och försöker hitta vägen framåt. En väg som kan vara rak men även förgrenas, ta omvägar och genvägar. ✨





Ge alla  
ungdomar  
ett gratis  
SL-kort!

TEXT: AHAHIT TOVMASYAN

**Att transportera sig som ung ska inte vara ett ekonomiskt problem**, alla ungdomar ska ha tillgång till ett gratis SL-kort året om. Majoriteten av alla ungdomar studerar och har därav varken tid eller möjlighet att arbeta och få ut en lön. Därför menar jag att region Stockholm (där Botkyrka kommun ingår) borde införa ett gratis busskort till ungdomar.

Jag tycker egentligen att kollektivtrafiken ska vara gratis för alla. Men eftersom det krävs mycket arbete för att möjliggöra det i nuläget borde vi börja med ungdomarna i första hand.

Varför kan inte ungdomar som studerar på gymnasiet köpa ett SL-kort med sitt studiebidrag?

Om man sköter sina studier på gymnasiet får man ett bidrag på 1250 kr i månaden under september-maj och i vissa fall 625 kr i juni månad. Dessa pengar ska räcka till bland annat kläder, mat och nöjen. Hur ska ungdomar lyckas finansiera ett SL-kort med det begränsande bidraget?

Vi får inte heller blunda för det faktum att vissa familjer också är i behov av studiebidraget, vilket leder till att alla ungdomar inte får chansen att spendera dessa pengar på egna villkor. Varför ska sådana skäl hindra en ungdom från att bege sig ut och utforska sin stad och miljön kring den?

Idén om att införa en kostnadsfri kollektivtrafik kan ses som en stor utgift, men hur stor är inte kostnaden för ett otal kontrollanter och spärrar? De pengarna kan ju gå till mycket viktigare prioriteringar i samhället. Den framtida positiva effekten av den kostnadsfria kollektivtrafiken medför en ekonomisk uppmuntran för att ta

bussen istället för bilen. Det blir vänligt för plånboken men också för miljön, två flugor i en smäll.

Avslutningsvis vill jag säga att ett gratis SL-kort skulle underlätta enormt mycket för oss unga. Jag uppmanar dig att fundera på de hemmasittande ungdomar som inte har möjlighet att lägga pengar på detta. Vi får inte heller glömma det faktum att naturen är i stort behov av miljövänliga färdmedel vilket tåg och buss faktiskt är. En dag hoppas jag att vi lever i en värld där kollektivtrafiken är gratis för alla, men som ett första steg borde vi införa det för ungdomarna. ✦

”Idén om att införa en kostnadsfri kollektivtrafik kan ses som en stor utgift, men hur stor är inte kostnaden för ett otal kontrollanter och spärrar?”

# TRENDSPANING: STADSODLING

TEXT: ELIS LYATIF FOTO: ABER HAMID

Stadsodling ses i Sverige idag som en fritidsaktivitet till skillnad från andra länder i världen där det kan vara ett överlevnadssätt. Men även här medför stadsodlingen mycket positivt för oss människor, vilket har lett till en ökad trend.

RÄTTEN TILL STADEN





"Här i Botkyrka finns bland annat det nya odlingsprojektet, "Kulturens Mamma", i Fittja. Där erbjuds boende en chans att skörda bär, grönsaker, rotfrukter och kryddor ur odlingslådor intill Konsthallen."

**Stadsodlingen har fått en stark fram-marsch i Stockholmsområdet. Att odla på balkongen hemma, på sin egen tomt eller kanske hyra en kolonilott har blivit allt mer populärt och många har idag odlandet som en fritidssysselsättning. Planteringar har börjat få ta större plats i staden och människor som tidigare inte haft en kontakt med odling har nu blivit hänfödda stadsjordbrukare.**

Idag kan vi se stadsodlingar på flera ställen i Stockholmsområdet. Här i Botkyrka finns bland annat det nya odlingsprojektet, "Kulturens Mamma", i Fittja. Där erbjuds boende en chans att skörda bär, grönsaker, rotfrukter och kryddor ur odlingslådor intill Konsthallen. Även Boodla, som ligger mellan Alby och Fittja, är exempel på en stadsodling.

På taken till utställningshallarna "Paris Expo Porte de Versailles" i Paris öppnades under våren 2020 världens största stadsodling. Projektet omfattar utöver odlingen restaurang och bar

som serverar produkter av det som odlas på plats.

Inte minst på sociala medier har odlingstrenden spridit sig och vi kan bland annat följa trädgårdsmästaren Victoria Skoglund som visar en del av hennes värld av odling med hela 187 tusen följare, i skrivande stund.

Så som odlingen har tagit plats i staden och på sociala medier ser vi att intresset för växter och odling verkar öka markant. Stadsodlingar har även alstrat ett ekologiskt lärande bland stadsbor, bortsett från att odla; lärandet om biologisk mångfald, naturens ekosystem, om staden och om politik. Detta har resulterat i ett större intresse för miljöfrågor, vilket är viktigt för hela planeten. Stadsodlingen har på så sätt skapat en större förståelse för de beslut som måste fattas inom miljöpolitiken.

Hållbarhet handlar inte bara om ingenjörslösningar och teknik utan även om våra normer och värderingar som behöver vara i samstämmighet med ekosystemet. ✨



# Hon hyllar mammor genom odlingen

TEXT: ROBIN TJERGEFORS & STELLA NORMAN



Sarasvati håller upp årets första skörd.  
Foto: Aber Hamid

Det är en molnig onsdagsförmiddag när vi möter konstnären och trädgårdsmästaren Sarasvati Shrestha bakom en stor vit lägenhetsbyggnad i Fittja. På vad som förut var en tråkig, asfalterad vändplan står nu flera odlingslådor fyllda med gröna växter. Tillsammans med Fanzingo, Botkyrka kommun och Botkyrka konsthall ligger Sarasvati bakom konstprojektet "Kulturens mamma". När vi möter henne ger hon oss en rundtur bland lådorna där det växer bland annat jordgubbar, basilika, pumpor och rädisor. Sarasvati berättar för oss att det är barnen som bor i området som har hjälpt till att odla och att de ska få chansen att skörda och skapa en måltid av skörden till sina mammor. Hon tar stolt upp en mogen rädisa. – Det här är årets första skörd.

Eftersom projektet hållits utomhus har det varit väldigt passande i coronatider och uppskattat för barnen som bor i området. – Det är viktigt för mig att barn ska kunna känna en förankring till platsen de bor på och att de ska kunna få en annan relation till mat.

Anledningen till att projektet fått namnet Kulturens mamma är att ordet kultur från början har haft betydelsen "odling" på latin, men även eftersom odling är en så stor del av vår kultur och alltid har varit det. Ordet mamma har dock lite olika betydelser inom projektet, det drar en parallell till moder jord, men också till Sarasvatis egen mamma, vars liv bestod mycket av odling. Odlandet har blivit ett sätt för henne att hålla relationen till sin mamma levande.

Uttrycket kommer även från slang. Sarasvati drar ett exempel:

– Ni vet när man har den maffigaste, godaste kebabben. Den kebabben är så god att den helt enkelt är kebabens mamma!

Sarasvati tycker att det är lite svårt att förklara på ett enkelt sätt varför hon valde att starta projektet. Dels ville hon knyta ihop sina yrken både som konstnär och trädgårdsmästare, men även som mediepedagog. Några unga från Botkyrka fick betalt för att dokumentera projektet och lära sig om de mediala verktygen som används vid filminspelning.

Sarasvati säger också att hon har grävt runt i de här frågorna som intresserar henne i ganska många år och försökt skapa sig en bild över hur odling, politik och konst hänger ihop. Hon betonar att odlingen för henne är en form av konst. ➔



– Mat är också konst och det finns jättemånga som jobbar med mat som en konstform.

Hon har en djup känsla av att vilja förändra och göra både konsten och odlingen mer tillgänglig. Hon känner ett slags rättvisekänsla och vill jämna ut fördelningen av vilka som får tillgång till resurser för att kunna delta i konst- och odlingssammanhang. Hon tycker att det är viktigt att lyfta fram att närproducerad och giftfri mat lätt kan bli en klassfråga, en fråga om pengar eftersom sådan mat ofta är dyrare. Det är något som har provocerat henne och fått henne att vilja förändra människors synsätt kring matens och odlingens roll i samhället.

– Mat är så himla basic, men det är

samtidigt en av våra största politiska frågor.

Hon har känt ett slags kall i att lyfta fram att de flesta tar så mycket för givet när det kommer till mat. Ett exempel som hon tar upp är vår fikakultur.

– Folk dricker sitt morgonkaffe varje dag utan att tänka på att det mesta kaffet och fikat produceras under ruttina villkor.

Sarasvati hoppas att vi kan reflektera mer över det vi konsumerar inom vår unika fikakultur.

Hon vill även lyfta fram att många människor världen över har extremt mycket kunskap som inte har dokumenterats och som är påväg att försvinna. Kunskap som bara kanske går att lära sig genom att man ser hur någon annan gör, om man lär sig ett hantverk eller ett språk.

– Det blev väldigt tydligt när min mamma gick bort att hon hade väldigt mycket kunskap som jag önskar att jag själv hade idag. Det går inte att få tillbaks när någon dör, då är det borta, säger Sarasvati.

Hon förklarar att hon i processen med Kulturens mamma till viss del har haft lite som en önskan att ta vara på traditionell kunskap.

Projektet Kulturens mamma är en del av konstupställningen MAMI;A-MA;MÖDRAR som hon och åtta till konstnärer deltar i och som kommer att hållas i Botkyrka konsthall från 29 augusti 2020 till 16 januari 2021. Utställningen fokuserar på konstnärernas relationer till deras mammor. Sarasvati berättar att hennes mamma redan innan hon gick bort har varit en stor del av hennes konstnärskap och att det känns som en viktig utställning eftersom det är ett sätt för henne att hylla sin mamma. ♦



“Folk drieker sitt  
morgonkaffe varje  
dag utan att tänka  
på att det mesta  
kaffet och fikat  
produceeras under  
ruttna villkor.”



# GERILLA

**En icke våldsam rörelse av växtspridare**

**TEXT: ELIS LYATIF**

**FOTO: ABER HAMID**

# ODLING

Mark som inte är i bruk, trista och kala platser eller bara ett tråkigt område i närheten av din skola. Du kanske inte har en egen trädgård, men vet ställen som du hade velat liva upp eller använda för att göra en insats för nektarsugande insekter som behöver blommor. Ställen som hade kunnat göras grönare och mer levande. Skulle plätten strax bakom industriområdet må bra av lite färg och grönska? Där skulle kanske en gerillaodlare tänka att det är perfekt att själv plantera blommor och växter.



**Att gå ut och ta en bit mark** i obestämmd storlek som man inte äger för att plantera blommor, grönsaker och annat är vad som kallas gerillaodling. Gerillaodling är en icke våldsam rörelse av aktivister som sprider växter genom att sätta ut grönska på allmänna platser utan tillstånd. Rörelsen vill synliggöra för medborgare och lokala myndigheter att de inte enbart är i behov av, utan även har möjliga resurser till att odla på offentliga platser.

Det förekommer ont om näring såsom nektar i städerna till pollinatörer, som exempelvis bin, humlor och fjärilar. Samtidigt finns det idag mycket ytor som det inte växer mer än gräs på.

Ett enkelt sätt att gerillaodla är att

göra en fröbomb med fröer från vilda blommor som redan växer på platsen. Jord och lera, fyllt med frön som formas till bollar kallas för fröbomber. De kan placeras ut på platser där fröerna hör hemma naturligt, för att hjälpa växterna att föröka sig. Leran i fröbombarna skyddar fröna från att bli uppätta eller bli utspridda av vinden. Leran löses upp när det börjar regna och fröna börjar då att gro. ✨

**OBS! Om du själv vill gerillaodla så är det viktigt att du gör det på ett sätt som är inte skadar naturen och att du gör det på en plats där du får sprida fröer.**

## SÅ GÖR DU EN FRÖBOMB!

- 1 Blanda fem delar jord med en del lera och frön till dina favoritblommor. Välj frön från vilda växter som finns i ditt närområde, exempelvis ängsblommor. Dessa blommor lockar till sig bin, humlor, fjärilar och gynnar den biologiska mångfalden.
- 2 Tillsätt vatten tills du får en degaktig konsistens.
- 3 Rulla leran till små bollar och låt dem torka. Undvik att ställa dem i direkt solljus.
- 4 Lägg sedan ut fröbomber på en plats som behöver få livas upp i ditt närområde och vänta på regnet för att se resultatet om några veckor.
- 6 Fröbomber är något som vill hjälpa naturen och inte förstöra den, så tänk på att du inte får sprida invasiva arter, det vill säga arter som stjälar näring från andra växter. Du får inte heller sprida växter som inte hör hemma naturligt i ekosystemet där du lägger din fröbomb, då kan den göra mer skada än nytta. I parker och naturreservat får du inte sprida några växter alls.



# SATSA PÅ TÅGEN!

TEXT: STELLA NORMAN

FOTO: ERIK SANDEGREN



DEBATTARTIKEL

**Under de senaste årtiondena har flygresandet ökat drastiskt**, från att vara en lyx som inte många har haft råd med till att bli en standard. Många reser med flyg flera gånger om året men till vilket pris?

Nu, på bara några månader, har resandet och främst flygresandet dock nästan stannat av på grund av pandemin, vilket har gett tydliga effekter på klimatet. Man kan därför fråga sig själv om detta kommer att fortgå när pandemin är över, eller om flygresandet kommer att återgå till det normala.

Många har helt och hållet vänt blicken bort från flygen och istället riktat den mot tågen. vi kan resa till

många platser på vår semester med ett gott samvete men det kräver en ny inställning och därför bör vi satsa på tågen när man reser i framtiden.

Många känner säkert igen sig i den där typiska resdagen. Hur man kommer trött och seg till flygplatsen där man köar i all oändlighet för att sedan sitta på ett kallt flyg i flera timmar. När man äntligen är framme är man seg resten av dagen. Många väljer den här relativt bökiga flygresan för att sen besöka endast en plats i Europa under semestern. Varför inte istället ta tåget och göra själva resan en del av semestern? Som privatpersoner kan vi välja bort flyget när vi reser inrikes eller i Europa.

Många frågar sig själva varför flyget anses vara en så stor klimatbov när andra faktorer bidrar mer till koldioxidutsläppen. Men enligt Naturvårdsverket står flyget för mellan fyra och fem procent av Sveriges totala utsläpp av koldioxid. De menar också att flyget för många privatpersoner är den största källan till utsläpp. Detta blir tydligt nu under pandemin. Våra utsläpp i Sverige har sjunkit ungefär lika mycket som andra länders, trots att vi inte har haft lika strikta restriktioner. En av de få saker som människor inte kunnat göra i Sverige är att flyga och resa till andra länder vilket säger något om hur stor påverkan flyget har på klimatet.

Inverkan som restriktionerna har haft på klimatet kan ses som positiva, men vi måste komma ihåg att det bara är tillfälligt. Eftersom att detta även är en ekonomisk kris där politiker vill göra allt för att få igång ekonomin, så finns risken att klimatfrågorna hamnar väldigt långt ner på prioriteringslistan när denna kris är över. Detta betyder att minskningen i utsläpp som vi ser nu inte behöver ha en långsiktig positiv effekt.

Det behöver dock inte gå så illa och jag ställer frågan: vad kan vi lära oss av det här? Nu när vi har sett dessa effekter på miljön borde vi, istället för att bara glömma bort dem och återgå till det normala, lära oss av det som har hänt. Kan vi bibehålla vissa av de förändringar som vi har gjort för att skapa några positiva följder av denna kris? För att skapa en förändring anser jag att det kan vara bra att som privatperson själv aktivt välja att fundera över hur man reser för att skapa ett så litet klimatavtryck som möjligt. Om färre

## "Kan vi bibehålla vissa av de förändringar som vi har gjort för att skapa några positiva följder av denna kris?"

personer flyger kommer det att påverka flygbolagen och framtida politiska beslut kring resande.

Det är alltså av största vikt att vi ser till att bibehålla och lära oss av de förändringar som vi har tvingats göra under denna prövande tid genom att bland annat åka tåg före flyg. Man måste vara öppen för att kunna planera om och förändra ens tänkande i hur man ska resa, framförallt om man reser flera gånger om året.

Ingen kan förändra hela världen för att rädda klimatet, men alla kan bidra med så mycket som möjligt utifrån ens egna förutsättningar. ♦



# DEN MÖRKA SKOGEN

TEXT: JOHAN JARLHEDEN

ILLUSTRATION: MIA KAILOKARI PETKOVIC

Svarta rötter klöser längs armarna och benen medan jag springer, desto mer jag färdas desto mer öppnar sig de sår som tömmer mig på det lilla jag har kvar. Men jag måste fortsätta, för varje gång jag stannar så kan jag höra dem, deras röster ekar mellan träden och ålar sig in genom örnen tills de samlas i ett oändligt jämrande. Alla de ord som har plågat mig nästan hela mitt liv ringer i mina öron.

“Du är värdelös, alla hatar dig”.

Jag har inte kraften att skrika tillbaka, bara kraften att försöka fortsätta framåt, in mellan dessa kalla svarta träd. Jag vet att det är ett hopplöst att försöka fly från dem men jag kan inte tänka på något annat än att komma så långt bort från dem som möjligt.

“Om jag bara springer lite till, bara över nästa kulle så kanske jag kan få bort dem.”

Detta är den tanke som har gett mig glimten av hopp under alla dessa år. Men jag kan känna hur jag har börjat sakta ner, rösterna har lyckats

komma ikapp mer regelbundet och hånandet verkar hålla i sig längre och längre. Jag vet att om jag inte kan ändra något så kommer jag att bli slukad av rösterna.

Mitt i tankarna känner jag hur min fot rycks bakåt, vilket får mig att ramla med ansiktet före rakt ner i backen. Medan jag ligger där bland de ruttnade löven på marken, trött och skadad, så tänker jag att det kanske är bättre att bara acceptera det som kommer, för allt som springandet har gjort hittills är att trötta ut mig och få denna plågende mardröm att fortsätta.

Jag rullar över så att jag ligger på ryggen och tittar upp mot himlen medan jag försöker ignorera ljudet av rösterna som närmar sig. Stjärnorna lyser med ett skarpt vitt ljus som om tusentals ögon tittar ner på mig. Det är kanske det jag vill. Att smälta in bland stjärnorna och bli slukad av det tysta mörkret i himlen.

Jag känner hur mina ögonlock blir tyngre när jag ligger där, jag kan höra rösterna närma sig men jag är för trött

för att bry mig. Detta kanske är mitt öde och jag har bara skapat lidande för mig själv på grund av min ovilja att acceptera det, men det känns så orättvist. Varför måste jag genomlida detta? Vad har jag gjort för att förtjäna det? Jag har försökt att vara en bra människa, men inget jag gör verkar vara nog. Inget jag har försökt har gett mig befrielse, så är det verkligen värt att fortsätta?

Mörkret verkar flöda från den mörka himlen, som om det försöker trycka ner mig in i jorden. Min kropp har börjat kännas kall och mörkret verkar trycka på ögonen, så att jag ser mindre och mindre av himlen. Rösterna har också kommit ikapp. Nu när de är så nära mig så kan jag verkligen höra hatet i rösterna. Det är mer intensivt än än det någonsin har varit förut. Det känns som om mitt huvud brinner på insidan av orden som jag hör. Jag kan inte blockera ut ljudet med händerna för att mörkret tynger ner mina armar.

Jag bara hoppas att det kommer vara över snart så att mitt lidande äntligen kan sluta, jag kastar en sista blick mot himlen innan jag sväljs av mörkret. Jag kan känna hur mitt medvetande börjar försvinna. Nu kanske jag kommer att få lite frid. Detta är inte vad jag vill, men jag orkar inte längre. Jag har kämpat och förlorat. Om jag bara kunde skulle jag ha fortsatt men nu är det för sent att ändra på sakerna.

Medan jag sjunker djupare och djupare ner i mörkret verkar rösterna bli allt dovare. Men precis innan jag drar mitt sista andetag så känner jag en värme som smeker ena sidan av kroppen. Värmen är inte smärtsam, utan mer som en försiktig vidrörning. Där värmen sprids så verkar det som att kraften återvänder till kroppen. Mörk-

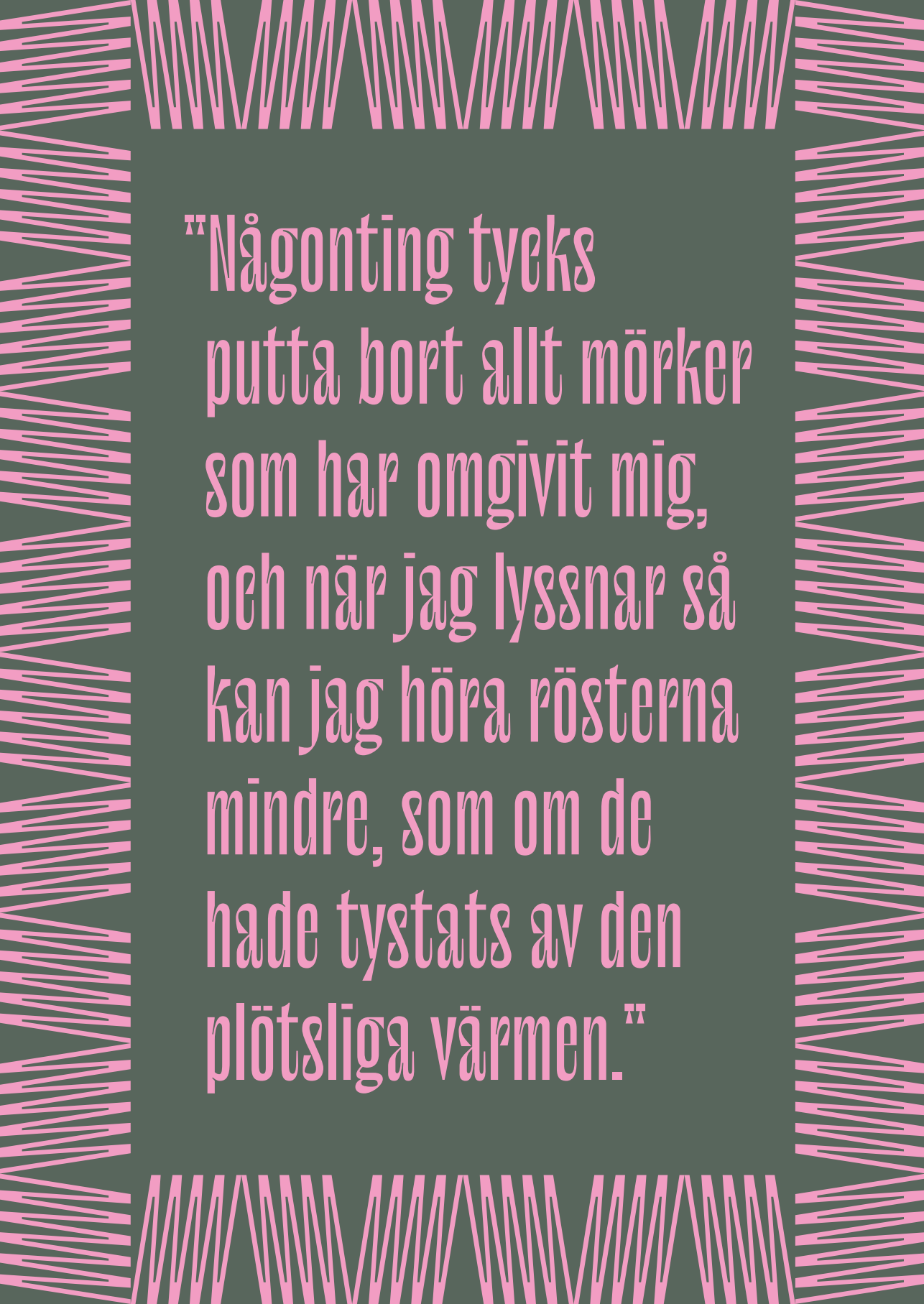
ret dras tillbaka och desto mer värmen sprider sig, ju mer känner jag hur vikten som tryckt mig ner lättar från mitt bröst. Jag drar in ett djupt andetag och öppnar ögonen.

Någonting tycks putta bort allt mörker som har omgivit mig, och när jag lyssnar så kan jag höra rösterna mindre, som om de hade tystats av den plötsliga värmen. Jag tittar bakom mig, och ser vart mörkret har tagit vägen. Det gömmer sig i skuggorna bland träden som om det är ett odjur som precis har blivit skadat av en jägare. Skadat men inte dödat, det vet jag. Men inget av detta spelar någon roll för jag kommer nu ihåg varför jag sprang så länge. Jag är nu närmare än någonsin. Med ny kraft börjar jag springa och jag vet att om jag bara fortsätter kommer allt säkert att bli bra. Det kommer inte att bli lätt. Men jag vet att jag kommer ta mig dit en dag. ✨

**Känner du igen de känslor som novellen berättar om? Eller känner du någon i din omgivning som du är orolig för?**

**Botkyrka kommun har en telefonlinje för barn och unga upp till 25 år där du kan få möjlighet att prata med en vuxen. Telefonlinjen är öppen varje vardag mellan 9.00-20.00 och numret är 020-50 40 22. Samtalet är gratis och syns inte på några telefonlistor.**



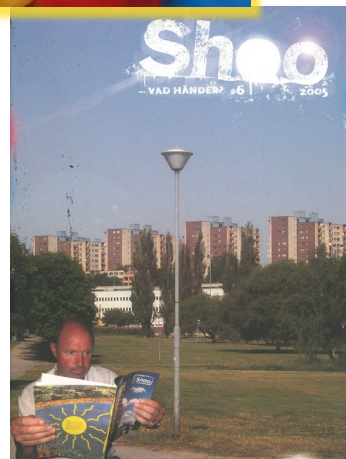
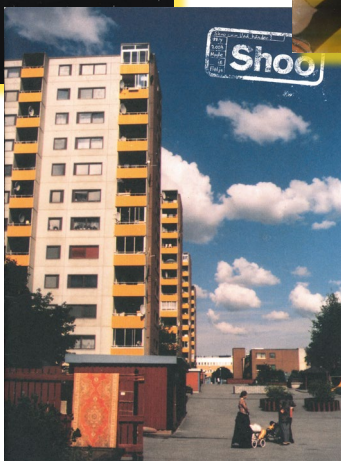
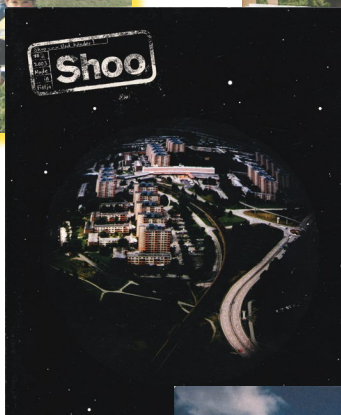
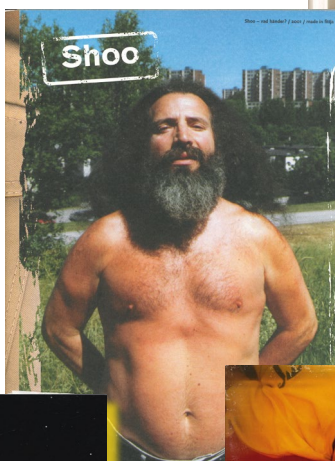
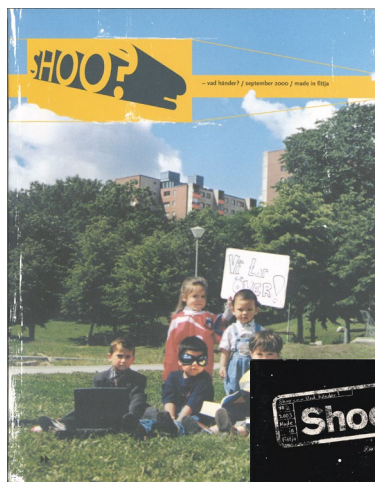
A decorative border made of pink zigzag lines surrounds the central text.

“Någonting tyeks  
putta bort allt mörker  
som har omgivit mig,  
oeh när jag lyssnar så  
kan jag höra rösterna  
mindre, som om de  
hade tystats av den  
plötsliga värmen.”

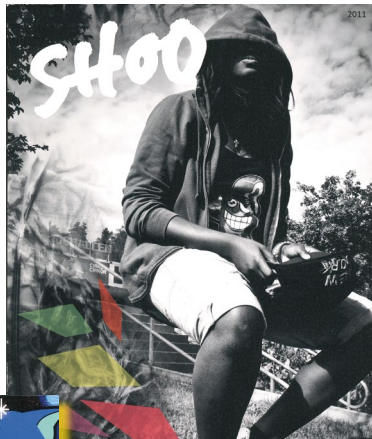
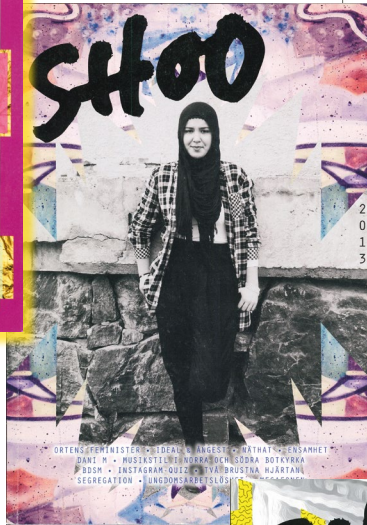
# SHOO 20 ÅR

Tidningen SHOO har i år 20-årsjubileum och produceras varje sommar av unga i Botkyrka. Merparten av åren har mediehuset Fanzingo handlett och utbildat unga under kommunens feriepraktik att skapa magasinet.

SHOO 20 ÅR







KROPPSAKTIVISTEN KAJJAN:  
SKÖNHETSINDUSTRIN  
VILL ATT VI SKA  
VARA SÅ MISSNÖJDA  
SOM MÖJLIGT

TEXT: ROBIN TJERGEFORS

# B

otox, fillers, implantat och silikon möts vi ungdomar ofta av genom reklam, sociala medier och människor vi möter. Skönhets- och plastikoperationer som vi är alltför vana vid att se och höra om. Stora sociala medie-profiler går ut med att de fyller läpparna, förstorar bröstet, opererar näsan och delar ut rabattkuponger för skönhetskliniker. Frågan är hur detta påverkar oss unga och vår självbild, samt samhällets redan ouppnåeliga skönhetsnormer. Jag tog kontakt med kroppsaktivisten Karin "Kajjan" Andersson för att höra hennes åsikter och tankar.

## Har du gjort något skönhetsingrepp?

– Jag har inte genomgått någon skönhetsoperation. Däremot så har jag tagit bort födelsemärken och gjort en del andra saker som påverkat mitt utseende: fixat naglarna, tatuerat mig, gjort microblading och gått till frisören.

## Vad är dina åsikter om skönhetsoperationer och ingrepp?

– Jag tror att man måste se på skönhetsoperationer ur två olika perspektiv. Dels det individuella,

där man pratar om personerna som opererar sig, och dels det strukturella perspektivet. Det sistnämnda handlar om hur vi som samhälle påverkas av att upprätthålla vissa typer av ideal när det kommer till utseende. Jag är kritisk till skönhetsoperationer ur ett strukturellt perspektiv, men skulle aldrig kritisera en enskild person för att hen har opererat sig.

## Hur tror du skönhetsoperationer påverkar unga?

– Det jag tror påverkar unga är skönhetsidealen. Skönhetsoperationer är en del av dem, men det finns andra delar också. Smalhet snormen är en annan stor del till exempel. Det skönhetsidealen gör är att de fungerar som en ouppnåelig målbild. Det är det som alla ska vilja sträva efter, med det lilla problemet att det är ett omöjligt ideal. Skönhetsindustrin vill att det här idealet ska vara onåbart, för då kan de – under vår jakt på idealet – låtsas "hjälpa" oss med olika lösningar. Skönhetsindustrin vill att vi ska vara så missnöjda som möjligt, för då är vi mer benägna att spendera pengar på dess "lösningar". Det kan vara smink och dieter och kläder, men det är inte sällan också operationer och ingrepp. De får oss att fortsätta tro att det är rimligt att jaga de här skönhetsidealen och att vi kan och bör nå dem, bara vi lägger ut tillräckligt mycket pengar. Det är ungefär raka motsatsen till det jag jobbar med helt enkelt, vilket är kroppsacceptans. ➔





KAJJAN ANDERSSON, KROPPSAKTIVIST, FÖRFATTARE OCH JOURNALIST.

### Har skönhetsnormer påverkat din syn på dig själv?

– Skönhetsnormer påverkar precis allas sätt att se på sig själva. Det går liksom inte att inte jämföra sig med ett ideal som trycks i ditt ansikte hela tiden. För i den jämförelsen förlorar vi alltid. Men ja, skönhetsnormer har präglat min relation till min kropp ända upp i vuxen ålder när jag upptäckte kroppspositivismen. Då började jag jobba för att sluta fred med min kropp istället för att jaga ideal och hata mig själv.

### Tror du att ditt utseende påverkar hur folk bemöter dig?

– Ja, i både positiv och negativ bemärkelse. Jag är en vit, normfungerande

ciskvinna och det gör att jag generellt sett bemöts bättre än många andra. Men jag är också tjock, och tjocka personer förtrycks i vårt samhälle där vi har ett utpräglat fettförakt. Det gör att jag i en hel del situationer till exempel blir bemött som någon som antingen har dålig hälsa eller som inte bryr sig om sin hälsa. Som någon som är lat och oönskad helt enkelt. Men det är verkligheten för alla tjocka, och framför allt för oss som inte är cismän.

– Vi kommer inte bli av med skönhetsnormerna för att vi slutar operera oss och slutar med verkningslös bantning liksom. Men vi kommer att minska idealens kraft genom att praktisera och lära ut kroppsacceptans. ✦

**Namn: Kajjan Andersson**

**Ålder: 35 år**

**Pronomen: hon/henne**

**Ursprung: Uppsala**

**Sysselsättning:**

**Journalist, kroppsaktivist  
och författare till  
"Livsviktigt; En handbok  
i kroppspositivitet  
föräldraskap"**

# JA, JAG ÄR

TEXT OCH ILLUSTRATION:  
CELINE METNI



RÄTTEN TILL STADEN

# FEMINIST

ÄR  
INTE  
DU?

– Jag är inte feminist för att jag hatar inte män, sa jag för fyra år sedan.

Det var det första jag lärde mig om feminism. Så i ungefär två år gick jag runt och sa att jag inte var feminist för att jag trodde att feminister var manshatare. Visst, det finns människor som kallar sig för feminister som hatar män och tycker att alla män borde gå och dö, men har du någonsin hört talas om extremism? Extremister finns överallt inom de allra flesta politiska rörelser. Så man borde inte likna feminism vid manshat utan istället vid vad det egentligen står för, jämställdhet och rättvisa.

Tack vare många starka kvinnliga förebilder i mitt liv som har lärt mig mycket om feminism kan jag idag stolt säga att, ja, jag är feminist. Varför? Jo för att kvinnor ska ha samma rättigheter som män. För att idag har en kvinna oftast lägre lön än en man för samma jobb. För att idag är en kvinna rädd för att bli våldtagen om hon går ensam ute på kvällen. Idag behandlas kvinnor annorlunda för att vi är kvinnor. Idag ses kvinnor som mindre värda och mindre kompetenta.

Kvinnor och tjejer blir alltför ofta mötta med respektlöshet och misstro när de anmäler sexuella övergrepp. Ett av fem sexualbrott anmäls i Sverige och de mest utsatta för sexuella övergrepp är kvinnor och barn. Jag är också feminist för att dagens normer, som att kvinnan både ska ta störst ansvar för hemmet och ha en framgångsrik karriär, är helt orimliga. Det finns så mycket mer som jag skulle kunna nämna för det här är bara en liten bit av alla orättvisor.

Många säger att Sverige är så jämställt och att kvinnor har det bra i det svenska samhället, vilket delvis är sant.

Visst vi har det på vissa sätt mycket bättre i jämförelse med många andra länder, men det finns fortfarande en lång väg att gå.

När jag märkte hur tjejer blev behandlade i jämförelse med killar blev jag arg och frustrerad, så jag bestämde mig för att aldrig behöva någon som ska fylla mina behov, en "andra halva". Att jag skulle vara stark i mig själv. Så varje gång någon sa "Finns det några starka killar som kan bära det här?", då ställde jag upp.

Jag vill varje dag visa att jag som tjej kan göra allt lika bra som killar kan göra det, om inte bättre. Så jag jobbar alltid hårt för att nå mina mål, för att trots att hela samhället är emot mig ska jag klara det.

Artisterna Cher sa i en intervju: "My mom said to me: 'You know sweetheart, one day you should settle down and marry a rich man'. I said: 'Mom, I am a rich man'."

Det citatet har inspirerat mig till att vara självständig. Jag gillar killar och män, men jag behöver dem inte för att leva. Jag säger inte heller att ensam är stark för vi som människor behöver varandra för att känna oss trygga och önskade. Men vi ska inte behöva någon som om den personen är vårt allt eller vår enda anledning att leva. Du ska vara din anledning att kämpa och vara ditt bästa jag. Människor i ditt liv kommer och går. De kan ha påverkat ditt liv under den tid ni kände varandra, men vi alla går vidare i livet och i slutet av dagen har du bara dig själv. Så kämpa för dina rättigheter och visa världen att du kan så kan vi tillsammans bygga den värld som vi förtjänar. ♦



# Vilka effekter har sociala medier på oss?

TEXT: FIRDOS FARAS  
ILLUSTRATION: CELINE METNI

## och hur påverkas vår vardag?

KRÖNIKA

**Idag är mobiltelefonen inte bara ett objekt utan den har blivit en del av människan under de senaste tjugo åren. Sociala medier har underlättat och förbättrat våra liv på många olika sätt, men jag tror också att de har haft en negativ påverkan på oss. Vi är så pass beroende att vi upplever en viss panik när internet inte fungerar som det ska. Har jag fel?**

När jag känner mig stressad dras jag automatiskt till min mobiltelefon istället för att ta itu med stressen och jag är säker på att många i min ålder gör detsamma. Det leder till att ens problem blir större, eftersom man fortsätter att skjuta fram dem. Därav växer också ångesten.

Det har blivit vanligt bland mig och mina vänner att avsluta våra dagar med att titta på mobiltelefonen eller datorn. Det är svårt att stänga av mobiltelefonen när vi ser intressanta rubriker

på Youtube-appen sent på kvällen. Det resulterar i att vi inte får våra sömn-timmar som är extremt viktiga för oss om vi ska kunna hantera stress och påfrestningar.

Notiserna som konstant klingar till på lektionerna och jobb stör ens fokus eftersom att det enda man tänker på är att öppna meddelandet. Jag vet att många av mina vänner känner att deras fokus ha varit mycket bättre om sociala medier inte hade existerat. Min vän Juliana, 18 år, instämmer i att hennes koncentration med största sannolikhet skulle vara ett strå vassare.

– Jag tror absolut att mitt fokus i skolan skulle vara bättre om det inte vore för mobiltelefonen, berättar hon.

Hur har det blivit så här? Den största delen av vår tid på jorden har vi levt som jägare och samlare. Det är alltså den världen som har format vår hjärna och beteende. Den teknologiska ut-

vecklingen har gått väldigt snabbt och människan har inte hunnit anpassa sig. Man kan nästan säga att det har skapats nya sorters relationer genom sociala medier. Det är troligtvis enklare för äldre vuxna att se hur samhället har förändrats och hur mycket vi har behövt anpassa oss och vänja oss vid förändringarna. Generation Z har ju praktiskt taget vuxit upp med digitaliseringen.

Ibrahim, 57 år, förklarar att vuxna har behövt bli vana och anpassa sig efter en komplicerad förändring. Man har blivit isolerad och relationerna är inte desamma som tidigare. Idag har man hastiga och korta konversationer via sms eller telefonsamtal, menar Ibrahim.

– Det har blivit vanligt att man endast håller kontakten via exempelvis Facebook men när man väl möter den personen i det verkliga livet är det som att möta en främmande person, förklarar Ibrahim. Han kan även relatera till begreppet FOMO (fear of missing out), vilket jag tror de flesta gör oavsett vilken ålder de är i.

Vi använder oss även av förkortningar som t.ex lol, lmao och omg. Till följd av det här tror jag att vi riskerar att förlora vår förmåga att uttrycka våra känslor och tankar. Många föredrar att kommunicera via sms därför att det är enklare att uttrycka sig där än genom ett telefonsamtal. Jag känner till många ungdomar som upplever en inre mindre irritation eller stress när de får ett personligt samtal och börjar sedan planera hastigt hur

konversationen ska gå till.

– Det är smidigt med sms eftersom konversationen sparas till skillnad från telefonsamtal. Ibland kan jag känna lite panik när en obekant ringer, då kan jag låta telefonen fortsätta ringa för att sedan svara via sms, berättar Juliana.

Det kan jag också göra eftersom det är inte alltid man är på humör eller har orken till att prata med någon. Det

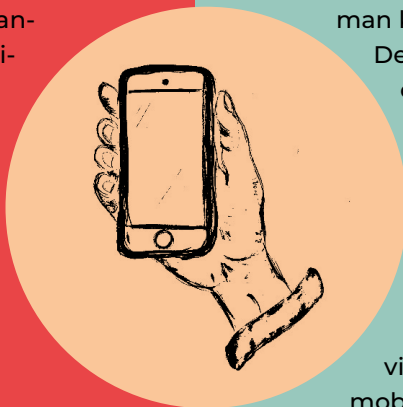
krävs inte lika mycket energi när man kommunicerar via chatt.

Det är vanligt att familjer eller vänner som umgås sitter med mobilen i handen och kommunicerar med personen i mobilen istället för med varandra. Jag tycker att det förklarar för oss att vi låter den vi har kontakt med via mobilen blir viktigare än personen som är framför oss.

– Jag brukar ha flygplansläge på när jag umgås med familj och vänner, upplyser Juliana mig.

Jag tror att det beror på hur bra vänner man är, ju närmare man är varandra desto mer uppmärksamhet ger man varandra. Jag menar att mobiltelefonen blir mindre viktig när man umgås med nära och kära. När jag och Juliana umgås är det väldigt sällan att vi sitter med mobiltelefonerna i handen, vilket jag uppskattar eftersom att på det sättet vet jag att våran vänskap är hälsosam och stark.

Teknologin fortsätter att utvecklas och vi kommer att påverkas på nya och fler sätt. Det är därför viktigt att inte bara följa med i utvecklingsprocessen i den digitala världen utan ha någon aning om vilka effekter det har på oss. ♦





# STARK SOM EN OXE

– Fördomar om vegetarianism och veganism,  
hur länge ska det finnas?

TEXT OCH FOTO: MIA KAILOKARI PETKOVIĆ

**J**ag och min familj hade stigit ut från den varma bilen och nu stod vi alla utanför mina farföräldrars hem. Varje gång vi åker till Bosnien så är det för att träffa släktingar och det är alltid sent på kvällen när vi kommer. Mina farföräldrar bor i en liten by och vi åker alltid dit när det är sommar för att njuta av det varma sommarlovet där.

När vi kom in i huset så var middagsbordet redan fyllt med varm mat och kalla drycker. Varje gång är vi tacksamma och glada över hur de orkar att fixa

middag när vi kommer. När vi alla satt vid middagsbordet så började vi berätta om vad som har hänt efter att vi sist sågs. Det gick bra tills min pappa tog upp att jag är vegetarian och att min äldsta syster är vegan.

– Varför är du vegetarian? frågade min farmor mig, och så började de vuxna diskutera mitt val innan jag ens hann svara.

Jag blev inte förvånad av att mina farföräldrar inte förstod eftersom att det ofta är svårt för den äldre generationen att förstå att många väljer

bort att äta kött idag. Men det som upprörde mig var när min pappa och styvmamma började kalla mig för anorektiker. Min näst äldsta syster som själv äter kött kollade på mig och viskade tyst "Är du okej?" på finska, eftersom bara vi två i rummet kunde språket. Jag nickade fast jag inom-bords var förbannad på min pappa och styvmamma.

Idag efter att ha varit vegetarian några år så har jag bemött flera fördomar och stereotyper, speciellt om hur smal jag är, bara för att jag inte äter på samma sätt som de andra. Folk i skolan, släktingar och några i min familj har ifrågasatt mitt val när det gäller att äta en växtbaserad kost. "Blir du någonsin mätt?", "Får du i dig nog med protein?", "Saknar du kött?".

Men det jag har blivit frågad om mest är om jag kan bygga muskler och bli starkare med en växtbaserad diet, eftersom man i medier ser idrottare som äter mer kött än grönsaker. Även fast jag har tyckt att det varit uppenbart att man kan klara sig utan kött så blev jag intresserad av att veta om det finns idrottare som är veganer och om det fanns skillnader mellan folk som äter en animalisk och en växtbaserad diet.

För två år sedan såg jag dokumentärfilmen "The Game Changers" hemma. Filmen handlade om en rad ledande idrottare som berättade om hur de upplevt positiva effekter av att ha gått över till vegansk kost. Dessutom var filmen fylld med massa fakta om vegansk kost från olika läkare och information om varför vegansk kost kan vara bättre för hälsans skull. En av filmens huvudpersoner var Patrik Baboumian, som är en av världens starkaste män, och han är vegan.

Patrik berättade bland annat i filmen vilka positiva effekter det finns att vara vegan, men också om fördomar och frågor som han har bemött. En fråga tog han upp med i filmen var:

- Hur kunde du bli stark som en ox utan att äta kött?

Hans svar var:

- Äter oxar kött?

I min familj så är det tre som äter en växtbaserad kost och det är jag, min mamma och min äldsta syster. Min äldsta syster är målvaktsspelare och har varit det i 17 år. En gång när vi pratade om vilka positiva effekter hon hade fått efter hon hade slutat äta kött så berättade hon att efter att ha varit vegan i tre år så har hennes styrka, hållbarhet och återhämtning aldrig varit bättre. Vi skämtade om att varför vi inte slutade tidigare än när man gjorde det men man måste alltid börja någonstans. Jag personligen blev vegetarian för miljöns skull men nu efter några år så är det mer än det.

Mitt budskap är att jag tycker man borde spräcka myterna om vegansk kost, att vi borde sprida kunskap om dem och försöka få köttätare att förstå andras val, precis som min näst äldsta syster gjorde när vi var i Bosnien. Hon var i ett rum fyllt med köttätare som hon själv, men hon valde att stötta mitt val. Mina farföräldrar kommer från en äldre generation, så de ser inte världen exakt likadant som ungdomar gör, men dömde mig inte. De stöttar mig, fast de själva inte förstår mitt val, vilket betyder mycket för mig. Idag vill jag uppmuntra de som fortfarande äter kött ska ha bättre kunskap om veganer/vegetarianer och ge stöd till de som äter en växtbaserad diet. Döm inte det du inte förstår eftersom de med kunskap har makten. ♦



# DUNGEONS & DRAGONS

En glimt ur ett speläventyr

TEXT OCH FOTO:  
JOHAN JARLHEDEN

SPELREPORTAGE

**DnD (dungeons and dragons)** är ett rollspel som spelas av många runt om i världen. Det är ett spel som både använder regler och fantasi för att kunna berätta en berättelse som spelarna kan påverka och leva sig in i.

I detta spel så finns det olika roller som de som spelar tar. Den viktigaste av rollerna kallas Dungeon Master. Det är den som skapar världen som resten av spelarna får leva i med sina karaktärer. Och det är i denna värld som spelet spelas och äventyr genomförs och det är bara spelarnas fantasi som sätter gränserna för vad som kan hända. Man kanske slåss mot drakar i himlen eller upptäcker ett förfallet småfolk-kungadöme under bergen. Men en sak är densamma i varje DnD-spel: om man bara är klyftig och har bra spelare och mycket fantasi så kommer det att vara ett episkt äventyr.

På grund av att det är svårt att förklara spelet så kommer jag att berätta en historia från när jag körde DnD och hur spelarna tog ett större bett än de kunde tugga. ➡

# ND DRAGONS



SPELREPORTAGE

**F**em personer vandrar genom ruinerna av en by som en gång i tiden hade varit en storslagen plats, men nu var bara skeletten av hus kvar. Enligt historierna hade en enorm armé av orker dragit igenom staden för mer än 100 år sedan och jämnat nästan hela staden med marken. Nu ligger allt förfallet, men det stoppar inte dessa fem personer från att försöka hitta några skatter som har överlevt, men så är de ju inte den mest vanliga gruppen av individer.

Gruppen består av två halvsysstrar. Alita, en kvinna med svart hår och en brun kappa runt sig. Hon är en mystisk person och säger inte mycket om sitt förflutna vilket är en stark kontrast till hennes syster Ayeeta. Ayeeta är en glad person med ljus hår och spetsiga öron, från hennes mamma som var en Alv. De andra tre är Sora som är en drakfödd, en ras av drakliknande varelser som är både människa och drake, Maximus som är en fullblodig människa som är på ett uppdrag från sin familj och till sist Bolk som är en man med välvässad strids kunskaper.

Ja, det är en märklig grupp och ingen verkar riktigt passa in, men ingen är den andres fiende, så ingen klagar. Just nu är de fokuserade på att ta sig uppför en kulle. Där på toppen står ett torn som verkar ha varit mer eller mindre oskadat från den strid som slitit resten av byn i spillror. Det enda som verkar ha hänt med tornet är att en bit av taket kollapsat. När de kommer närmare kan de se att det finns en liten träbyggnad kopplad till tornet. Bolk väljer att försöka smyga sig in genom träbyggnaden för att se om det

finns något där inne.

Bolk rör sig tyst in genom byggnaden som verkar ha varit ett förråd.

Nu finns bara ruttnande möbler och verktyg strödda över golvet. Efter en stund hittar han en dörr som verkar leda till insidan av tornet. Han öppnar dörren långsamt och tittar försiktigt in i tornet. Där inne ligger en fruktansvärd varelse, stor som två hästar och med glänsande grön hy. När han ser de kraftiga vingarna på ryggen förstår han vad det är för något, en drake, den mest fruktade varelsen i världen.

Han slänger igen dörren och hör genast hur något kraschar in i dörren på andra sidan. Han vet att dörren inte kommer att klara sig mycket längre, så han springer ut för att återsamlas med de andra. Hans skrik ekar ner för kullen och mellan ruinerna.

Bolks skrik följs av ett enormt vrål från insidan av tornet och en skepnad som kommer ut ur hålet i taket. Lika smidig som en leopard på jakt slingrar den sig ur tornet. Den vecklar ut vingarna som kastar en mörk skugga över gruppen. Sedan kastar den sig ut från tornet ner till marken och landar precis framför dem. Innan de hinner dra sina vapen så öppnar draken munnen och släpper ut moln av grön rök som drar över dem. Omedelbart så blir det svårt att andas och röken verkar fräta på huden. Ögonen vattnas. Marken runt dem svartnar av giftet i molnet. Det verkar vara slutet. Ayeeta faller fram-



länges, Alita och Sora följer strax efter henne.

Bara Maximus och Bolk står fortfarande upp. Bolk har haft tur och lyckats undvika större biten av molnet och därmed skonats från att andas in så mycket gift. Maximus har varit mitt i molnet, men han är starkare än de flesta, så fast han är svårt skadad så kan han fortfarande stå upp. På en sekund fattar Bolk ett beslut och drar sin stridsklubba. Han springer fram och drämmer till draken i sidan för att försöka få dess uppmärksamhet. Draken verkar mest förvånad över att någon vågar slå den efter vad den gjort med dem andra. Men Bolk har en plan. Om han bara kan hålla drakens uppmärksamhet tillräckligt länge så kan Maximus bära bort de sårade så att de kan fly. Sedan kan han bara försöka springa och gömma sig bland ruinerna.

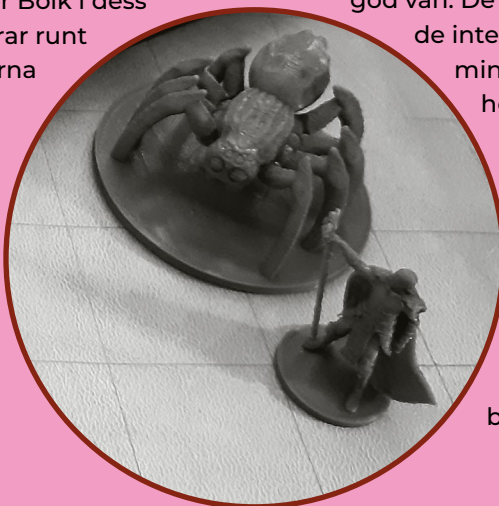
Draken gör ett utfall med sina framben som Bolk med nöd och näppe undviker. Under tiden försöker Maximus bära de tre andra medvetlösa personerna samtidigt. Det går långsamt. Han försöker gör sig så liten som möjligt så att han inte ska bli upptäckt. Men det är tyvärr förgäves, för innan de ens har lyckats ta sig mer än tio meter bort så vänder sig draken om. Precis då rycker Bolk i dess svans. Draken snurrar runt och klöser med klorna i luften mot Bolk. Fastän han brottas med svansen så lyckas han undvika att bli strimlad. Om och om igen slår Bolk på draken, men det verkar inte ha någon effekt. Bolk

har dock lyckats vinna tid åt de andra, för han kan inte se dem längre. Han släpper taget om svansen och börjar springa ner för kullen. Bolk vet inte var han springer, bara att han måste ta sig därifrån.

Bolk springer så snabbt han kan, men bakom sig kan han höra hur stora vingar lyfter drakens kropp upp i luften. Han ökar tempot och kan nu se några ruiner som han kan ta skydd i där nere. Men precis innan han når dem så kraschar drakens framben in i honom, vilket kastar honom till marken. Draken placerar ett ben på hans rygg och trycker ner honom. Bolk kan känna hur drakens andedräkt fräter i hans näsborrar, men han tänker inte ge upp så enkelt.

Med all sin styrka snurrar Bolk runt och drämmer till med sin knutna näve på drakens käft. Draken ryggar tillbaka och ger från sig ett argt läte av smärta. Slaget har lyckats få en tand att lossna från drakens mun. Bolk ger ifrån sig ett litet skratt. Nu har han något att skryta med när han möter de döda på andra sidan. Precis då väller ett grönt moln över honom och Bolk faller livlös ner på marken.

Bolks vänner lyckades ta sig till säkerhet men det kostade dem en god vän. De bestämde dock att de inte skulle sörja Bolks minne, men hedra honom genom att berätta hans legend. Så till denna dag hedras Bolk med en festival varje år, för att minnas hans tapperhet och vilja att offra sig själv för att rädda dem han brydde sig om. ♦





# ATT SKAFFA BOSTAD BORDE VARA EN RÄTTIGHET OCH INTE EN LYX

TEXT OCH FOTO: CELINE METNI

Många unga i Sverige vill flytta men har inte råd. Bostadsbristen hindrar unga från att kunna starta ett nytt självständigt liv och skapar en oro för de yngre med vetskapen om att man inte kommer kunna flytta hemifrån.

**M**in dröm är att dricka en varm kopp te i min säng, att kunna bjuda mina vänner på maten jag har lagat i mitt eget kök. Jag vill slänga mig i min soffa och titta på en film efter en lång dag på universitetet. Men det är kanske det enda det kommer vara, en dröm. En dröm som borde vara något självklart som alla borde ha rätt till.

Jag delar en oro med andra över att inte kunna starta ett nytt och eget liv på många år eftersom det inte finns tillräckligt många bostäder anpassade för unga. Jag ställer mig samma frågor konstant. Kommer jag någonsin att ha råd med en egen bostad? Hur skulle jag betala hyran? Skulle pengarna räcka för att köpa möbler och hushållsartiklar? Hinner jag plugga och jobba samtidigt?

Många unga i Sverige är oroliga för sitt framtida boende. Bostadsmarknaden är en bristande marknad, där efterfrågan är betydligt högre än utbudet på hyreslägenheter och bostäder för unga.

Obalansen mellan utbudet och efterfrågan leder till höjda priser på bostäder. Detta är mycket problematiskt för unga som pluggar eller har lågbetalda jobb och därmed inte har råd att flytta hemifrån. Det skapar även en oro för de yngre som vet att det kommer vara utmanande att flytta till ett eget boende.

Under 2020 uppgav 212 kommuner att de hade brist på bostäder i Boverkets bostadsmarknadsenkät. Botkyrka är en av dessa kommuner, faktum är att hela Stockholmsområdet har bostadsbrist.

Vad är då Botkyrkas plan för att lösa bostadsbristen i vår kommun? Jo, i Botkyrkas program för bostadsförsörj-



ning står det att det behövs fler bostäder för unga. Bostäderna ska vara varierade gällande storlek och pris. Nybyggen ska styras efter behoven.

Botkyrkabyggen är Botkyrka kommuns verktyg för att bygga bostäder. Bolaget ska vägledas av vad botkyrkaborna vill, men även de behov som uppstår, exempelvis ungdomslägenheter.

Jag söker på Botkyrkabyggens hemsida, där de lyfter de fram några av de bygg- och renoveringsprojekt som pågår idag i kommunen. Inget av de projekt som lyfts fram gäller ungdomsbostäder, vilket är bekymmersamt då det fortfarande råder stor bostadsbrist för ungdomar.

Bostadsmarknadens låga utbud har länge varit ett problem som politikerna behöver ta tag i men fortfarande inte gjort. Kommunerna säljer mark till de större bostadsbolagen eftersom de betalar mer och dessa bolag bygger inte bostäder för unga utan bygger dyra bostäder som har för höga hyror eller är bostadsrätter.

Enligt Boverket konkurreras unga ofta ut av andra grupper. Politiker och byggbolag prioriterar andra målgrupper före unga eftersom de oftast inte kan betala mycket och inte heller har stått i bostadskö länge. Hur ska unga starta sina egna liv om de inte ens kan flytta hemifrån? ♦

## Tips för dig som vill flytta hemifrån:

### ❶ Ställ dig i bostadskö.

Du kan ställa dig i Botkyrkabyggens bostadskö för hyresrätter redan från att du är 16 år men för att ställa dig i bostadskö i Stockholms stad bostadsförmedling behöver du vara 18 år.

### ❷ Skaffa ett jobb. Kvälls-, helg- och sommarjobb för att kunna spara ihop pengar till t.ex. hyra och räkningar.

Du kan även börja spara ihop till kontantinsats. Det är den summa pengar du lägger ur egen ficka om du köper en bostad. Sedan bolånetaket infördes 2010 måste du kunna betala en kontantinsats på minst 15 procent av den totala beställningssumman.

### ❸ Ansök om studiebostad.

Vanligtvis behöver du visa att du studerar vid, eller att du har fått ett antagningsbesked till, högskola, universitet eller yrkeshögskola och vissa gymnasieskolor har studiebostäder. Men studiebostäder får du endast bo i så länge som du studerar.

# SAGAS PLATS ÖRNBERGET, TULLINGE

FAVORITPLATSER FOTOREPORTAGE

FOTOREPORTAGE



Min favoritplats är Örnberget därför att man vet att man får vara ifred där. Jag gillar att komma dit med min kompis och ha picknick, sola eller ta bilder.



# WE IN SWEDEN

## Berättelsen om Sverige

TEXT: ABER HAMID

**W**e in Sweden heter den webbserie som före detta nazisten Patrik Asplund och journalisten Aleyna Kaya ska göra tillsammans. I serien kommer de att göra intervjuer, undersöka och berätta om bilden av Sverige. De kommer också att bjuda på sig själva och berätta om sina egna olika perspektiv.

Trots att Aleyna och Patrik har olika bakgrund och olika erfarenheter så delar de en nyfikenhet och vilja att utforska och berätta om vad Sverige egentligen är idag. Detta vill de göra genom att bemöta de olika bilder som finns av Sverige både nationellt och internationellt.

– För mig handlar denna serie om att utforska Sverige-bilden. Det finns personer som gör skillnad men som inte alltid får synas eller höras i traditionella medier. Vi vill lyfta de här människorna tillsammans, berättar Aleyna Kaya.

Vilken typ av bild finns av Sverige utanför landet? Vilka är det som berättar om Sverige utomlands? Är det Zlatan, Abba, Robyn och Greta Thunberg som står för det eller är det Donald Trumps "Last Night in Sweden" och antydningar om extremism, oro och kravaller som

skapar Sverige-bilden?

Just nu så har inspelningen pausats på grund av coronaviruset. Men under tiden vill de gärna få in tips på personer, platser eller perspektiv! För mer information om hur du kan vara med och bredda Sverige-bilden, besök webbsidan [fanzingo.se](http://fanzingo.se).

Aleyna Kaya siktar på att bli Sveriges första nyhetsuppläsare i slöja som presenterar nyheter! Och Patrik lämnade nazismen för 20 år sedan. Hur kommer det sig att Patrik gjorde det? Läs gärna vidare om Aleyna och Patriks liv och vad deras mål är: att använda sina erfarenheter för att hjälpa andra. ✦



FOTO: LENA WIGERS



# JOURNALISTEN

## ALEYNA KAYA

INTERVJU

# SIKTAR MOT STJÄRNORNA



TEXT: ANAHIT TOVMASYAN



**J**ournalisten Aleyna Kaya växte upp i förorten Fittja. Med stora ambitioner deltog hon i många författar- och poesitävlingar eftersom skrivandet låg henne varmt om hjärtat. När hon gick i grundskolan vann hon ett författarpris för unga. Då insåg hon att hon ville bli en journalist.

– Det visade mig att oavsett var jag kommer ifrån, vem jag är och vad jag gör så kan jag också bli en stor journalist.

Hon berättar vad som inspirerat henne till att skriva.

– När jag var yngre läste jag mycket deckarböcker. Innan jag upptäckte journalistiken var jag väldigt inriktad på att bli en författare och skriva skönlitterära böcker. Då var Camilla Läckberg någon jag inspirerades av eftersom jag tycker att hon är väldigt bra på att skriva deckarböcker. Numera inspireras jag mycket av min omgivning, mina vänner och ikoner som Malcolm X och Muhammed Ali.

Aleyna tyckte att det var väldigt kul att växa upp i Fittja. Hon beskriver Fittja som en fridfull och harmonisk plats. Fittja var allt hon visste då, hon hade knappt varit utanför förorten. Men när hon flyttade från Fittja och utforskade andra delar av stan insåg hon hur lite resurser det satsas i förorterna och hur många barn som glöms bort. Aleyna tycker inte att människor från förorten får samma möjligheter som andra.

– När jag var yngre så kände jag mig varken sedd eller hörd och jag kände att det fanns saker jag inte kunde göra. Jag fick höra att jag borde göra något annat eftersom man inte kunde tjäna så mycket pengar på skrivandet och att det bara kunde vara en hobby.

Men Aleyna höll fast vid sin dröm om att bli en journalist och började plugga journalistik på Södertörns högskola. Idag har hon arbetat inom journalistbranschen i fyra år och hennes karriär har bara börjat. Sedan en tid tillbaka frilansar hon och är nu aktuell med webbserien *We In Sweden* i samarbete med Fanzingo.

### **Är det tufft att jobba som en journalist?**

– Som kvinna är det tufft överlag, men om man adderar till exempel att man är rasifierad, från förorten och slöjbärande så blir det ännu tuffare. Det kommer alltid att finnas någon som har någon form av problem med dig och din blotta existens, oavsett vad du gör eller säger. Det finns väldigt många krafter som gör att jag arbetar i motvind och det påverkar mitt sätt att jobba. Det är den tuffaste biten, hatet. ➡

## Aleynas bästa tips för dig som vill bli journalist

- ✦ **Skriv, skriv, skriv! Ta tag i ditt skrivande. Övning ger färdighet.**
- ✦ **Läs mycket böcker och nyheter. Det är viktigt att vara allmänbildad.**
- ✦ **Var nyfiken och våga be om hjälp.**
- ✦ **Fråga dig själv "Vad händer runt om i världen? Vad händer i min egen miljö?".**
- ✦ **Ge inte upp! Det kan kännas segt i början att bygga upp sitt eget namn.**
- ✦ **Försök inte vara någon du inte är för att ta dig till en viss position eller få bekräftelse.**
- ✦ **Håll människan i centrum vid intervjuer.**
- ✦ **Var uppmärksam på de små sakerna i vardagen.**

Drömmen för Aleyna är trots hatet att bli Sveriges första nyhetsankare med slöja.

– Jag siktar på att bli Sveriges första nyhetsuppläsare i slöja. Det är inte för att jag ska få status, utan det är för att öppna upp dörren för andra. I nuläget är det svårt som slöjbärande kvinna att synas i media utan att bli påhoppad med hat. Så ska det inte behöva vara. Med min journalistik försöker jag krossa diskriminerande barriärer och skapa ett mer jämlikt medielandskap för alla. Jag vill visa för alla som på något sätt kan identifiera sig med mig att det inte är omöjligt. En slöjbärande kvinna från förorten ska kunna ställa sig framför kameran och presentera ett tv-program.

Enligt SVT:s neutralitetspolicy vill de undvika alla typer av religiösa symboler när det kommer till programledare i nyhetssändningar. Enligt dem är TV ett bildmedium och programledaren i samhälls- och nyhetsprogram ska inte locka till sig uppmärksamhet.

### Hur ser du på att SVT inte ser slöja som neutralt?

– Jag tycker inte att det är helt rimligt! Jag hade älskat att se en kvinna i slöja framför kameran. Jag hade älskat att se en man, kvinna eller ickebinär med kors eller kippa. För mig är det ingenting som påverkar din förmåga att bedriva ett objektivt och sakligt arbete. Jag vet att jag är kompetent nog att bedriva ett sådant arbete, men det finns osynliga regler som sätter käppar i hjulet. Man borde kolla det som finns inuti min hjärna istället för det som sitter utanpå. Det hade varit ett fantastiskt sätt att belysa det faktum att Sverige är ett mångkulturellt samhälle. Människors religiösa identiteter kommer inte att försvinna bara för att man reducerar det på våra skärmar. Det kommer bara leda till att en stor grupp människor osynliggörs.

### Vilka fördomar tror du att folk har om dig?

– Det kan vara till exempel högerextrema personer eller tangentbordskrigare på Facebook som skriver någon konstig kommentar. En vanlig fördom som finns av slöjbärande kvinnor är att vi inte är intelligenta, att vi på något sätt är förtryckta för att vi bär slöja. Det finns självklart kvinnor som tvingats bära

“MAN BORDE  
KOLLA DET SOM  
FINNS INUTI MIN  
HJÄRNA ISTÄLLET  
FÖR DET SOM  
SITTER UTANPÅ”



slöja, det är ett förtryck som vi inte kan förneka, men att säga att alla muslimska kvinnor som bär slöja är förtryckta är ju att generalisera enormt.

#### **Hur hanterar du ett nej?**

– Att få ett nej är vardagsmat. Jag tror att du måste kunna se det ur olika perspektiv. Jag försöker alltid förbättra mig. Men om jag är 100 % säker på att min pitch är rak och tydlig och fortfarande får nej, då försöker jag påminna mig själv att det i grunden inte handlar om mig. Det kan finnas vissa situationer där jag har känt att nu väljer de inte mig för att de tycker att jag avviker från normen. De kanske inte är redo att ta den kampen.

#### **Vilket budskap vill du förmedla genom ditt arbete med journalistiken?**

– Budskapet är att våga drömma stort och sikta mot stjärnorna. Du är inte ensam i det du gör, och det du gör är inte obetydligt. Man förtjänar att följa sina drömmar utan att någon ska säga att man inte får eller inte kan. Bara att jag syns känns rebelliskt efter-

som jag avviker från normen. Våga vara dig själv. Du behöver inte avsäga dig din identitet för att göra det du brinner för. För mig finns inte ens tanken på att jag skulle avsäga mig min muslimska identitet för att komma längre fram i karriären. Jag är stolt över att vara den jag är och det ska vara en självklarhet för alla. Det finns inga gränser för vad du kan bli och jag vill inspirera speciellt ungdomar från förorten till att sikta mot stjärnorna. Om jag kan ge en ungdom en gnutta hopp så kommer jag vara jättelycklig, berättar Aleyna.

#### **Vilken skådespelare skulle spela dig i filmen om ditt liv?**

– Jag tror att jag hade varit nöjd med vem som helst och känt mig ärad om någon ens ville göra en film om mig. Men jag skulle ha velat att en hijabi spelade mig, en person som bär slöja till vardags också. Vissa skådespelare byter utseende för rollens skull, men då hade man gett den personen chansen att faktiskt skådespela, om den har det som dröm. ✦



# FÖRE DETTA NAZISTEN ANVÄNDER SITT FÖRFLUTNA – TILL ATT GÖRA NÅGOT POSITIVT

INTERVJU MED PATRIK ASPLUND

**P**å 90-talet var han medlem i ett av Sveriges största vit makt-band, nu arbetar han mot våld och kriminalitet.

Jag mina kollegor från Shoo-redaktionen träffar Patrik Asplund på ett Zoom-möte för en intervju.

Patrik flyttade hemifrån när han bara var sexton år gammal. Han hade precis gått ut nian och börjat arbeta på ett lager. Han berättar att han trodde att han var vuxen, men att han i efterhand insett att det var för tidigt. När Patrik hade flyttat hemifrån blev det svårare för hans föräldrar att hålla koll på vad han gjorde. Så småningom utvecklade Patrik högerextrema åsikter, blev nazist och började spela vit makt-musik.

### **Ville du åstadkomma något genom att vara nazist? frågar vi honom.**

– Man kan inte säga att man läste en massa böcker för och emot rasism och så tänkte man något rationellt. Det var bara rent hat. Jag var bara förbannad och ilsken. Jag hade hamnat i massa bråk, blivit knivhuggen och överkörd och sådana saker. Det fanns ingen politik bakom, det var bara hat helt enkelt. Jag fick ut det genom musik, konserter och sådana saker. Det var faktiskt väldigt primitivt.

### **SÅ LÄMNAD PATRIK NAZISMEN**

Vi frågar Patrik om hur han lämnade nazismen. Då berättar han om en 14-årig kille som hette John Hron. John Hron och hans kompis var ute och tältade vid en sjö norr om Göteborg, en kväll i augusti 1995. Han blev misshandlad och mördad av skinnskallar. Patrik säger att han visste vilka skinnskallarna var, då de var fans som brukade gå på hans konserter. Även om Patrik själv

aldrig mördat någon förstod han att hans musik bidrog till att människor råkade illa ut.

– Det som fortfarande är jobbigt är att jag inte fattade vilken förebild jag var för så många människor i de här kretsarna. Jag trodde inte att det var så många som såg upp till en. Det blev tydligt när jag hoppade av, eftersom flera hundra ungdomar ville haka på och hoppa av de också.

Det skedde flera andra saker vid den tidpunkten som tillsammans med John Hron-mordet fick Patrik att inse att nazism var fel. När Patrik lämnade nazismen fanns det ingenstans att ta vägen för att be om hjälp. Han säger att det är en av anledningarna till att han var med och skapade avhopparverksamheten Exit på Fryshuset.

### **OMGIVNINGEN REAGERADE PÅ ETT BRA SÄTT**

När Patrik blickar tillbaka tycker han att hans familj och vänner reagerade på ett bra sätt när han rörde sig i högerextrema kretsar.

– När omgivningen hela tiden säger vad de tycker, att du som person är schysst, men "lämna de åsikterna hemma, för dem vill jag inte veta av", det är det viktigaste man kan göra för att få folk att inte gå vidare i det extrema. Att erkänna för sig själv att de hade rätt och jag hade fel var svårt.

### **MAN SKA VÄNDA DET NEGATIVA TILL NÅGOT POSITIVT**

Patrik tycker att man ska vända det negativa till något positivt och ta vara på sina tidigare erfarenheter. Han menar att de flesta antirasistiska budskap kommer ut i forum där folk inte är rasister. Patrik använder sitt rykte för att få de som vanligtvis inte bryr ➡



sig att faktiskt lyssna. Han försöker nå fram till folk med främlingsfientliga och rasistiska åsikter för att få dem att tänka om.

### Vem tror du blir nazist?

– Nästan alla jag känner som hamnat i högerextrema kretsar har på ett eller annat sätt hamnat i konflikt med folk med invandrarbakgrund, och då drar de alla över en kam helt enkelt. Det blir knutar på själen. Folk tänker att det är invandringens fel, och att alla invandrare är på det sättet.

“Att erkänna för  
sig själv att de  
hade rätt och jag  
hade fel var svårt”

Patrik säger att vissa ute i landsorten aldrig skulle våga sätta sin fot i Rinkeby eller Fittja för att de rädda.

– Men om man själv åker ut i förorten märker man att alla vill ha ett stopp på kriminaliteten och konflikterna. Det är det som är koden, vi måste tillsammans hjälpas åt att lösa sådana saker och ting.

### Vad vill du säga till alla nazister idag?

– Jag tror att de som är nazister måste lösa sin egen knut på själen först, innan jag kan ta någon av dem på allvar när de börjar snacka om politik. Jag tror att de är lite rädda för att prata med mig också, att de tycker att det är lite jobbigt faktiskt.

### Känner du att du nånsin kommer att kunna förlåta dig själv för det du gjort eller bidragit till?

– Man får leva med det som man gjort, så enkelt är det ju. Jag har gjort illa en massa folk och huggit folk och såna saker när vi bråkat. Den delen har man kommit över liksom. I lördags när jag var på punkkonsert nere i Norrköping, jag åker på sådan tibland, då kom det en massa ungdomar som sa: “Kan vi ta kort bredvid dig, snälla?”. Ungdomarna hade lite högerextrema märken med band och sådana saker. Jag förklarade för

dem vad det kan leda till. I slutet på konserten kom de fram och sa att de hade tagit av sig märkena. De kanske sätter på märkena igen imorgon, jag har ingen aning. Men det visade att det är viktigt att vara med och påverka ungdomar till något positivt. ✦

# JENS PLATS: BRUNNASKOLAN, HALLUNDA



Brunnaskolan Hallunda  
Jag tycker att platsen är bra att ta bilder på.  
Jag själv har fotat där.

# Kokain är djävulens drog

Missbruk är ett stort problem över hela världen. Missbruk av droger finns i alla åldrar. Det finns föräldrar, ungdomar och även äldre (sextioplusare) som är missbrukare.

INTERVJU

TEXT: JENS ROGER FERNANDO PULLE

**P**elle är en missbrukare som började använda droger när han var ung. Detta ledde till slut att han begick flera brott för att få pengar till sina droger. Här berättar han om hur han vände sitt liv

från att vara missbrukare och kriminell till att vara drogfri och en ansvarsfull förälder.

– Från allra första början hade min mamma tabletter utskrivna som jag lyckades komma över. I början var det

inget missbruk då var det mera fest och sen tog det lite mer fart efter det. Runt 21 årsåldern hade jag provat det mesta.

Pelle började med sitt missbruk som tonåring och som 21-åring tog han droger som hasch, ice och Concerta (en ADHD medicin). Han tog massor av droger varje dag och kände att livet var en fest som aldrig tog slut. Senare vid 23 årsåldern tog han en enligt honom en av de värsta drogerna som finns, kokain. Kokainet förstörde hans liv. Han blev beroende av det och gjorde massor av brott medan han var påverkad av det. Han misshandlade, rånade butiker och tafsade på tjejer.

– Jag ångrar allt jag har gjort.

Ibland känns det som den mörka sidan av mitt liv är kokainet. Kokainet är djävulens drog.

Pelle fick ett stort beroende av kokain som gjorde att han ibland spenderade tre tusen kronor per dag.

– Jag gissar att jag under en månad la ungefär 50 tusen på kokain. Jag kunde sälja några gram också så jag kanske tjänade 30 tusen på det. Efter alla brotten som Pelle begick så åkte han in i fängelset mellan ett halvt år och ett år. Han blev också intagen på tvångsvård.

– En gång för några år sen när jag kom tillbaka från Thailand var det en ung polis som skickade in mig till sjukhuset för att bli tvångsvårdad.

Pelle var inte där så länge då han smet efter ett tag därifrån. Enligt Socialstyrelsens statistik fanns det 329 vuxna personer som tvångsvårdades i Sverige i november 2019. Medianåldern på alla dom var 35 år.

Pelle levde inte i en kriminell förort där han kunde bli indragen i kriminaliteten han bodde i en vanlig by där det inte fanns många kriminella och nästan inga invandrare det bevisar bara att flera grova kriminella är inte från förorten många är från vanliga svenska platser.

– Jag blev den jag är idag från min familj och har inget att göra med umgänge.

### **Hur tror du vi kan förhindra att unga människor hamnar i kriminalitet?**

– Ännu en politisk fråga den är väldigt svår för så länge vi har de här segregerade områden som botkyrka och sen hässelby liksom överallt så är det ett problem där man placerar nykomna invandrare som inte har en utbildning och så de har en annan syn på livet kommer från krigshärjade länder det går inte och sätta dom där o tro att allt ska funka, Det ligger nånstans lång fram i tiden det kommer inte gå att lösa det på mer än de senaste 10 åren. Hårdare straff, göra föräldrarna mer vakna på hur ungdomarna är och agerar när dom är under alkohol eller drogpåverkad. Det är svårt men det är så vi ska jobba för det. Att låsa in en ungdom i ett ungdomsanstalt ändrar inget ungdomen kommer komma ut och kommer komma in igen. Jag tycker man kan börja göra föräldrarna mer vakna och politikerna kan ändra sitt motto med att "Alla invandrare är missbrukare det är fler svenskar än invandrare det är bara att politikerna vill bara skälla på er invandrare."

Pelle är anonym. ✦

# ALBYRÅDET ÄR AV UNGDOMAR, FÖR UNGDOMAR

REPORTAGE

**M**uhammet Tozak är 18 år och bor i Alby. Han ska plugga sista året på gymnasiet Norra Real, men vid sidan av sina studier har han ett stort engagemang i att förbättra områdena runt om i Botkyrka. Muhammet är ordförande i Albyrådet.

Albyrådet är ett ungdomsråd som jobbar med att engagera ungdomar mellan 13-18 år i sitt område.

– Albyrådet är av ungdomar, för ungdomar, säger Muhammet.

Föreningens mål går ut på att minska, förebygga och stoppa all form av kriminalitet, mobbning och diskriminering samt få ungdomar på rätt spår med hjälp av befintliga förebilder. Det görs genom att arrangera återkommande events, föreläsningar, aktiviteter och turneringar i Botkyrka.

– Albyrådet har sysselsatt mig och hjälpt mig att inte hamna på fel banor i livet. Därför tycker jag att det är viktigt att sysselsätta ungdomar i området. Om ungdomar inte har en sysselsättning finns det en chans att de vänder sig till personer med dåligt inflytande som finns i området.

Muhammet var en av de första medlemmarna i föreningen. Han berättar

om hur allt började med ett gäng drivna ungdomar i åldern 13-15 från Botkyrka som samlades i fritidsgården Albys Hjärta för att baka pizza tillsammans. Idag drar dessa ungdomar igång stora projekt runt om hela Botkyrka.

– Det är väldigt häftigt att titta tillbaka på gamla minnen och jämföra det med var vi står idag. Det har varit tre lärorika år. Jag ser mycket fram emot att fortsätta följa Albyrådets utveckling.

Albyrådet grundades 2017 av Victoria Escobar och Chrish Fernando. De agerade som mentorer och handledde ungdomar under ett halvårs tid. När Albyrådet blev en ideell förening lämnade Victoria och Chrish över rådet till ungdomarna.

– Jag har än idag kontakt med våra mentorer, de hjälper mig väldigt mycket. Genom Chrish introducerades jag till idrottsföreningen Spear där jag idag är ordförande. Tack vare Albyrådet har jag kunnat skaffa mig ett stort kontaktnät av ambitiösa människor.

Muhammets favoritprojekt med Albyrådet hittills har varit att arrangera Centrum Chill. Centrum Chill är ett mångkulturellt idrotts- och kulturevent där idrotten används som ett verktyg



för att skapa broar mellan personer med olika bakgrunder och kulturer. Centrum Chill startade sommaren 2019 då ungdomar förvandlade Alby-torget till en tryggare och trevligare plats för både boende och gäster. Det blev sju fartfyllda fredagar och en succe med uppemot 100 deltagare varje fredag, både från Alby och från andra områden i Botkyrka. Den femte fredagen arrangerades även en fotbolls- och baskettturnering och representanter från det svenska basketlandslaget var på plats för att dela ut priset till segrarna av baskettturneringen.

– Många förortsområden runt om i Sverige är svartmålade. Om det finns ett sätt vi kan ändra det på så är det genom Centrum Chill, säger Muhammet. På grund av coronapandemin har Albyrådet behövt flytta fram en del aktiviteter och events till nästa år.

– Det vi ser mest fram emot att arrangera är en julmarknad i Alby centrum, berättar Muhammet. ♦

**Instagram: @albyradet**

**Mail: albyradet@hotmail.com**

### **Vem kan vara med i Albyrådet?**

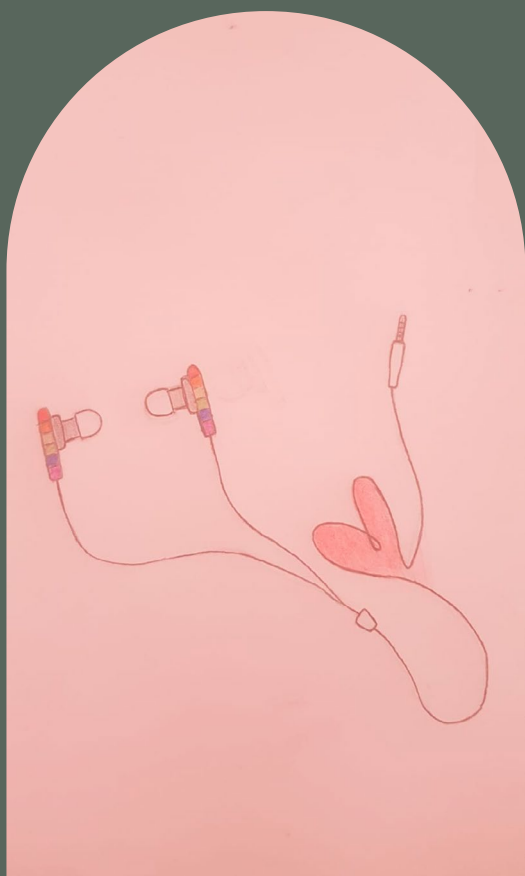
**Om man är från Botkyrka och i åldern 13-18 år kan man engagera sig i Albyrådet. Ta kontakt med dem via Instagram, mail eller dyk upp under eventen och var med på ett testmöte där man planerar och genomför aktiviteter tillsammans.**



# KYSSAR TILL BEATET

RÄTTEN TILL STADEN

## I MINA HÖRLURAR



**TEXT OCH ILLUSTRATION:  
KLARA WAHLBERG**

**M**ina ögon följde de olika ljusen som skymtade förbi i mörkret samtidigt som tåget passerade nya stationer. Min favoritlåt "Habits" av Tove Lo gick på repeat och känslan av eufori strömmade genom kroppen. Det unga paret som satt några rader framför mig fångade min uppmärksamhet. Medan beatet pågick i hörlurarna började killarna att kyssas.

Efter en stund gick en äldre man på tåget och satte sig i närheten. Han stirrade förskräckt när han fick syn på killarna och sa med en vass röst:

– Usch det där ska jag inte behöva se. Vad äckligt! Mannens kommentar provocerade mig. Att någon kan vara vara så dömande mot ett förälskat par gör mig arg och ledsen.

För mig är kärlek, genom alla uttryck, det som håller oss levande och som gör att vi känner oss sedda i en värld som annars är kall och full av ensamhet. Kärlek vidrör vår djupaste längtan till varandra och är obeskrivligt vackert. Det finns varken riktlinjer eller regler för hur kärlek ska se ut eller uppstå, förutsatt att den är laglig.

Jag tänker på den äldre mannens reaktion och vill tro att ingen föds som vare sig homofob eller som någon som inte accepterar olikheter. Uppväxten har stor betydelse för hur vi lär oss att tänka och samhället har ett stort ansvar. Speciellt skolan har en viktig roll gällande respekt för olika identiteter och uttryck för kärlek, samtycke och jämlikhet. Det behöver finnas med som en röd tråd under skolgången för att vi ska kunna bygga ett förnyat och öppet samhälle för kommande generationer.

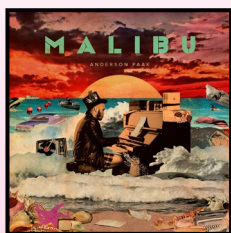
Ett samhälle där alla får vara sitt sanna jag och därigenom leva på riktigt är ett samhälle jag vill leva i. Där alla har möjligheten att kyssa vem den vill i takt till beatet i mina hörlurar. ✦

# MMESOMA TIPSAR:

# MUSIKALBUM

TEXT: MMESOMA EZEKIEL

MUSIKTIPS



## ANDERSON .PAAK - MALIBU

GENRE: SOUL/HIP-  
HOP/FUNK/R&B

Malibu är ett album som är svårt att placera i en ram

på grund av Anderson .Paaks sätt att naturligt kombinera olika stilar. Det är svårt att inte gunga till varje låt!

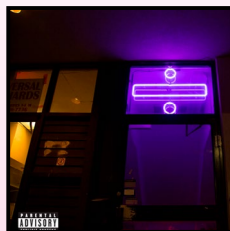


## BURNA BOY - AFRICAN GIANT

GENRE:  
AFROBEATS/  
DANCEHALL/  
AFRO-FUSION

Musik för mig är

något som kan kännas av oss allihopa, oavsett bakgrund. African Giant av Burna Boy är ett perfekt exempel på detta.



## DVSN - SEPT 5TH

GENRE: R&B

dvsn tar old school R&B och lägger en modern twist på det. De är inte rädda för att ta det långsamt.



## THE INTERNET - EGO DEATH

GENRE: NEO-  
SOUL/R&B/JAZZ

Ett album om kärlek, sårbarhet och jakten på att hitta sitt egenvärde.



## MARIAH THE SCIENTIST - MASTER

GENRE:  
ALTERNATIVE R&B

Ett album som tar dig på en resa ge-

nom ett destruktivt förhållande. Från att hitta sina egna fel och konstant försöka stoppa det oundvikliga, till att äntligen låta sig själv släppa taget.

# 10 STEG

Jens Roger började skapa egen musik när han var åtta år gammal. Idag är han 17 år och producerar musik till artister, filmer och teaterföreställningar. Här är hans bästa tips till dig som vill lära dig att prodda!

## TILL ATT

## BÖRJA MED

# MUSIKPRODUKTION

MUSIKTIPS

- ❶ Börja med att lära dig ett musikprogram, t.ex. FL studio. Många program är gratis i 30 dagar. Kolla Youtube tutorials om du inte känner någon som kan lära dig programmet.
- ❷ Prova att mixa låtar, då tränar du dina öron.
- ❸ Var kreativ varje dag.
- ❹ Lär dig musikteori. Checka böcker och internet!
- ❺ Ta mycket inspiration från dina favoritlåtar.
- ❻ Skapa och skapa mer beats!
- ❼ Var inte rädd att göra misstag.
- ❽ Var öppen för alla musikgenrer. Lås inte in dig i en låda.
- ❾ Samarbeta med andra musikproducenter.
- ❿ Experimentera mycket med skapandet.



# ERIKS PLATS ASPENSJÖN, TUMBA

FAVORITPLATSER FOTOREPORTAGE

FOTOREPORTAGE



Området runt Aspen-sjön är en favoritplats för mig eftersom att jag har otroligt många fina minnen därifrån. Allt från bad och sol, till fiske och friluftsliv. Det bästa är att jag har delat dessa minnen med människor som betyder mycket för mig.



# FILM QUIZ

## HUR MYCKET KAN DU OM FILM?

- ❶ Vem spelade jokern i filmen om Batman, "The Dark Knight Rises"?

A: Joaquin Phoenix  
B: Heath Ledger  
C: Jack Nicholson  
D: Jared Leto

- ❷ Varifrån kommer citatet "On wednesdays we wear pink"?

A: Mean girls  
B: Clueless  
C: Legally Blond  
D: White Chicks

- ❸ Hur många Harry Potter-filmer finns det?

A: 6 st  
B: 7 st  
C: 8 st  
D: 9 st

- ❹ Varifrån kommer citatet "Say hello to my little friend"?

A: Terminator  
B: Scarface  
C: Star Wars  
D: James Bond

- ❺ Vilken film har högst betyg på IMDb?

A: Gudfadern  
B: Schindler's List  
C: Batman - The Dark Knight Rises  
D: Nyckeln till frihet

AV: MOA BLOMQVIST

**Du håller just nu i tidningen SHOO  
som varje sommar produceras av  
unga i Botkyrka med handledning  
av mediehuset Fanzingo.**

**Vill du vara en del av SHOO-redaktionen  
nästa sommar? Sök feriepraktik på [botkyrka.se](http://botkyrka.se)  
senast januari 2021.**

**Fanzingo finns i Alby och är Sveriges viktigaste  
mediehus som sedan 2005 har verkat för fler  
demokratiska och inkluderande medier.**



**BOTKYRKA  
KOMMUN**



**MEDIACTIVISM**