



I REDAKTIONEN: MOA STRIDDE, HELENA MEYER, KATJA WÄHLSTRÖM



Lorentina jobbar som projektledare för Fryshuset Lovely Days.

FOTO: MOA STRIDDE

Sandra & Lorentina

Att förlora en förälder och vinna en syster

Sandra träffade sin coach Lorentina första gången i augusti 2006. Deras första tid tillsammans blev stormig eftersom Sandra var mitt uppe i en av de jobbigaste perioderna i sitt liv. De första träffarna med Lorentina handlade om att få mat och en kram. Nu, fyra år senare, ses de fortfarande regelbundet och Sandras mål är att hitta en egen lägenhet och ett jobb.

SANDRA HADE gått hos flera psykologer utan att riktigt kunna känna förtroende innan. Hon kände på sig att hon behövde prata med en vuxen men ville inte ha någonting med socialkontoret att göra efter flera stora besvikelser. Därför gav hon United Sisters en chans.

I början pratade de mest allmänt, det tog ett tag innan Sandra började berätta om sin mammas död i cancer och alla fosterhem hon varit placerad sedan nio års ålder.

– Sandra bar på mycket obearbetad sorg efter sin mamma och jobbiga händelser åren efter. Ingen hade tagit sig tid att finnas till eller

lyssna på henne. Ingenting var tryggt, så det viktiga när vi sågs var att äta mat och få en kram, minns Lorentina.

Sandra och Lorentina hade en ganska lång period då de bara lärde känna varandra, bowlade och gjorde roliga saker. Lorentina tror att det är viktigt att inte stressa igenom den delen av relationen.

– Jag visste ju att Sandra hade ett tungt bagage och antog att hon skulle prata om det när hon var mogen för det. Nu har vi till exempel åkt tillsammans till kyrkogården, det föll sig ganska naturligt ju längre tiden gick, säger Lorentina.

Efter hand så har de mest akuta sakerna har lugnat ner sig. Nu får Sandra hjälp med mer praktiska saker, som att planera vardagen och försöka nå sina mål. Det blev en tydlig vändpunkt då hon började

»Jag ville ingenting innan och var väldigt blyg. Eftersom jag inte hade någon vuxen att prata med fick jag liksom gå och bära på allt själv. När jag märkte att jag fick en chans så ändrade jag inställning.«

SANDRA

känna att hon var bra på saker och att det var roligt att leva igen.

– Jag ville ingenting innan och var väldigt blyg. Eftersom jag inte hade någon vuxen att prata med fick jag liksom gå och bära på allt själv. När jag märkte att jag fick en chans så ändrade jag inställning, säger Sandra.

Lorentina tycker det är viktigt är att inte tro att man ska kunna lyfta bort allt jobbigt från sin coachtjej, hur gärna man än vill.

– Man kan inte lösa alla problemen, men man kan vara en frizon från problemen och göra något kul

på träffarna. När det har varit riktigt tunga tider brukar vi gå på bio på dagtid för då får man hela salongen för sig själv och kan tugga popcorn och gråta högt, säger Lorentina.

Sandras dröm är att jobba med utsatta ungdomar och vända allt det jobbiga hon har varit med om till något positivt.

– Det är viktigt att ställa upp och

finnas där för folk som har haft det jobbigt för det är många vuxna som inte finns där som de ska. Jag har haft tur som har träffat Lorentina, hon är den enda vuxen som jag verkligen kan lita på. Utan henne vet jag inte ens om jag hade stått här i dag, säger Sandra.

MOA STRIDDE

Artikeln är en kortad version av en text som ingår i antologin »Sisters« som skildrar fem unga tjejer och deras coacher. Antologin har producerats av United Sisters och skrivits av Moa Stridde och kan beställas hos united.sisters@fryshuset.se

Hör gärna av dig till city@fryshuset.se om det vi skriver eller annat som du tycker, känner, vet eller tror. Fryshusets inslag i City finns också på www.fryshuset.se

United Sisters coachprojekt stöds av World Childhood Foundation.

FAKTA: UNITED SISTERS

Fryshusverksamheten United Sisters startades 1996 av två unga tjejer som saknade en aktivitet speciellt inriktad på tjejers behov. Idag finns United Sisters i Stockholm, Göteborg, Malmö och Uppsala och är öppen för tjejer i åldern 12–20 år. Verksamheten består av tjejgrupper, coachverksamhet, nattvandring och nätvandring. Visionen är att varje tjej ska kunna vara den hon vill och göra det just hon vill. Utan att begränsas av normer, könsroller, andras åsikter eller sig själv.

COACHVERKSAMHETEN

Erbjuder unga tjejer kontakt med en vuxen kvinna som fungerar som stöd och samtalspartner för att underlätta för tjejerna att utvecklas, må bra och ta vara på sina möjligheter. En coach är en stödjande social kontakt, en vuxen förebild och samtalspartner. Coacherna bör vara minst 25 år och ha möjlighet att ideellt träffa en ung tjej en gång i veckan under en lång tid. Till sin hjälp får coachen utbildning och handledning av United Sisters.

Vill du bli coach eller behöver du en coach? Kontakta United Sisters: united.sisters@fryshuset.se eller www.unitedsisters.se.



Vid intervju tillfället var Sandra arbetslös men nu har hon både jobb och egen bostad.

FOTO: MOA STRIDDE

Fryshusets teaterlever tar hjälp av dagisbarn

TEATERELEVERNA i årskurs 1 på Fryshusets gymnasium samarbetar med 6-årsverksamheter på Södermalm.

– För att nå fram till barn måste vi lära oss deras sätt att kommunicera, säger en av eleverna.

Dramalekpassen kommer till slut att mynna ut i en barnteaterföreställning på Fryshuset. Nästa år fortsätter projektet – men då med pensionärer i samarbete med PRO i Kärrtorp.

– Det handlar om att nå ut med teater till vardagens alla platser. Vi lär oss hur vi kan använda teater socialt och medmänskligt, säger en av eleverna.

ANNA ANDERSSON

För mer information om Fryshusets Gymnasium gå in på www.fryshuset.se



Fryshusets Gymnasiums elever håller dramalek med förskolebarn.

FOTO: ANNA ANDERSSON

SNAPSHOT



FRYSHUSETS FIK 14:34

KARIN FILIPSSON

Ålder: 28 år

Bor: Flemingsberg

Skulle du vilja ha en coach?

– Ja det skulle jag.

Varför det?

– För att det kan vara bra att prata med någon som har erfarenheter att dela med sig av.



FRYSHUSETS KONTOR 14:02

PER HUGANDER

Ålder: 34 år

Bor: Kungsholmen

Vad gör du på Fryshuset?

– Jag jobbar med strategi- och verksamhetsutveckling på Fryshuset. Just nu är det mycket fokus på Internet, Göteborg och Malmö.

Varför det?

– Därför att jag inspireras av Fryshusets värdegrund och arbetssätt. Det behövs överallt.

TEATERGRUPPEN SANDINO PRESENTERAR

DE ONDA

AV NIKLAS RÅDSTRÖM

»Teatern är en mötesplats där vi kan samtala om det outhärdliga«

14, 15 OCH 16 MAJ KL. 19.00 PÅ KULTURSTUDION
SANKT ERIKSGATAN 48 (T-BANA FRIDHEMSPLAN)

De händelser som pjäsen är baserad på fick sin början fredagen den 12 februari 1993. Då tog två tioåriga pojkar, från ett köpcenter nära Liverpool i England med sig ett för dem okänt barn, den tvååriga James Bulger, som de misshandlade och till sist dödade.



Niklas Rådström har skrivit pjäsen »De onda« som baseras på mordet på en 2-årig pojke.

Boka biljetter på 0765-71 88 75

För mer information gå in på www.sandinohus.se/teater

PÅ GÅNG

ALESANA

Tid: 18:30 onsdag 27 maj

Plats: Klubben

Biljetter: www.livenation.se

Screamo av finaste sort. Under 2008 har Emobandet Alesana klivit upp på allt större scener. De har under året åkt med på 2008 Warped Tour, bandmedlemmar har kommit och gått och ett gäng framgångsrika singlar har släppts.

Nu kommer de till Fryshuset!

SHINING

Tid: 19:00 lördag 30 maj

Plats: Klubben

Biljetter: www.ticnet.se

Efter långdragen frånvaro återvänder äntligen Niklas Kvarforth med band, de svenska Metallegendarerna som skapat stora rubriker i svensk dagspress – Shining – till de Svenska scenerna.

Passa på att se dem när de framträder nära dig.

Fryshusets huvudsponsorer är If, Vattenfall, Telia Sonera och tidningen City.

FRYSHUSET



är inte bara en mötesplats för många olika människor, det är också en idé som utgår från verksamheter inom Utbildning, Sociala projekt och Passionerade intressen. Fryshuset agerar där det finns behov. Vi är inte rädda för det som är nytt och okänt. Vi mobiliserar krafter där andra bara ser problem. Delar av våra verksamheter finns även i Göteborg, Malmö, Linköping och Uppsala.

Läs mer på www.fryshuset.se

VILL DU STÖDJA FRYSHUSET? GÅ IN PÅ WWW.FRYSHUSET.SE/STODFRYSHUSET