

# FRYSHUSET

## BERÄTTAR:



I REDAKTIONEN: MOA STRIDDE, HELENA MEYER, KATJA WÄHLSTRÖM

# Fryshuset surfar ut på nätet

Nätvandrarerna på Fryshuset har under en tid varit aktiva på Internet som närvarande vuxna och positiva förebilder. Nu tar Fryshusets övriga verksamheter steget ut på nätet.

**MICHELLE STEWART** på Elektras stödverksamhet, Helena Meyer från United Sisters och Anders Hedman från Fryskyrkan är de tre första från Fryshusets verksamheter som börjar arbeta på ungdomscommunityet ungdomar.se.

– Jag ser nätvandring som ett jättebra komplement till min verksamhet, säger Michelle. Nätet kan vara en fristad för unga tjejer och killar som lever under hedersförtryck. Det är naturligt för unga att kommunicera via nätet. Den målgrupp som vi arbetar med, tjejer och killar som är utsatta för hedersförtryck, har svårt att få kontakt med oss efter skoltid då det är större kontroll över dem. I skolan finns det datorer och det är skönt för dem att ställa frågor och kunna vara anonyma och slippa rädslan för att bli upptäckta, säger Michelle.

Hon fortsätter: Att jobba på nätet ger oss också möjligheter att hjälpa de som inte tror att de kan bli hjälpta. Många som jag har kommit i kontakt med har berättat att de tidigare inte hade något att jämföra med och trodde att de var tvungna att leva under förtryck. Så är det inte, vi gör allt för att hjälpa dem med allt vi kan. Elektras mål är att ingen ska behöva leva under hedersförtryck.

– Att vara ute på nätet gör oss tillgängligare och gör det lättare för oss att visa att de stora frågorna om livet alltid är närvarande. Jag

hoppas att de som är ute och surfar bara för att ha kul kanske plötsligt kommer på att fråga om något litet eller stort som de har gått och tänkt på, säger Anders på Fryskyrkan.

**»Nätet kan vara en fristad för unga tjejer och killar som lever under hedersförtryck.«**

MICHELLE STEWART

Alla frågor är tillåtna. Det handlar om att ge lite tid för eftertanke och stöd i vardagen. Jag är utbildad och har stor erfarenhet av frågor kring livet och döden, det som kallas existentiella frågor. Vad är meningen med livet? Vem är jag egentligen? Vem är Gud och Jesus? Vi lever i en kultur som är genomsvad av religiösa traditioner, symboler och berättelser. Ibland kan det kanske vara skönt att få fråga en präst om detta utan att behöva gå till kyrkan. Det är enklare med några knapptryckningar och mer anonymt, särskilt om man är förbannad på Gud och livets orättvisor.

– Jag är coach och dessutom Internetnörd, säger Helena på United Sisters. Jag tycker att Internets olika forum är jättebra för coachande samtal. Många känner att det är lättare att uttrycka sig i skrift och anonymiteten är en trygghet.

**Var kan man hitta er om man vill prata?**

**Michelle:** – På ungdomar.se Vi kommer även att finnas på vår egen hemsida fryshuset.se/elektra som är under uppbyggnad och beräknas

vara klar till jul. Fram till dess kan man få information om oss på [elektra.nu](http://elektra.nu).

**Anders:** – Jag kommer bland annat att finnas på [ungdomar.se](http://ungdomar.se).

**Helena:** – Jag finns på [fryshuset.se/unitsisters](http://fryshuset.se/unitsisters) samt [fryshuset.se/startpage.aspx](http://fryshuset.se/startpage.aspx) (på fiket på Fryshusets hemsida), [ungdomar.se](http://ungdomar.se), [playahead.se](http://playahead.se), [habbo.se](http://habbo.se) och [kamratposten.se](http://kamratposten.se).

Jag har även en msn-adress som är [helena.meyer@fryshuset.se](mailto:helena.meyer@fryshuset.se).

Hör gärna av dig till [city@fryshuset.se](mailto:city@fryshuset.se) om det vi skriver eller annat som du tycker, känner, vet eller tror. Fryshusets inlägg i City finns också på [www.fryshuset.se](http://www.fryshuset.se)

HELENA MEYER



FOTO: MOA STRIDDE

– Ibland kan det vara skönt med ett bollplank eller någon som inte är behandlare, läkare, kurator eller psykolog. Jag ställer frågor och försöker stärka DIG i den du är och i det du vill uppnå, säger Helena Meyer som är coach online för United Sisters.



– Jag lyssnar på DIG och försöker hitta det som passar just dig. Jag har tystnadsplikt och gör ingen anmälan eller tar kontakt med föräldrar mot någons vilja. Det vi pratar om stannar mellan oss två, säger Michelle Stewart som jobbar för Elektra.



– Man måste inte vara troende för att prata med mig på nätet. Det räcker med att bara vara. Jag har absolut tystnadsplikt – vilket betyder att jag inte får berätta för någon vad du berättat för mig, säger Anders Hedman, präst i Fryskyrkan.

FOTO: MOA STRIDDE

## FAKTA: NÄTVANDRARNA

**UNITED SISTERS** finns i fyra städer – Stockholm, Göteborg, Uppsala och Malmö. Verksamheten består av tjejgrupper, coacher, nattvandring och nätvandring. United Sisters har även tagit fram ett metodmaterial för såväl coaching som gruppverksamhet; och ett spel där deltagarna spelar sig till ökad självkänsla och självkänedom. Dessa material ligger till grund för United Sisters populära utbildningar. United Sisters finns även tillsammans med Fryshusets Nätvandrare på [playahead.se](http://playahead.se), [kamratposten.se](http://kamratposten.se), [habbo.se](http://habbo.se) och [fryshuset.se/unitsisters](http://fryshuset.se/unitsisters).

United Sisters online del stöds av World Childhood Foundation.

**ELEKTRA** jobbar mot hedersrelaterat våld och förtryck, och för jämställdhet, mänskliga rättigheter och demokrati. Tiotusentals unga tjejer i Sverige har inte tillgång till de rättigheter som anses självklara i en demokrati, deras vardagsliv präglas av frihetsbegränsning och kontroll. Elektras verksamhet består av Sharaf hjältar, Sharaf hjältinnor och stödverksamheten. Elektra håller även utbildningar och föreläsningar.

Elektra stöds av Stockholm stad, Länsstyrelsen i Stockholms län, Gålö stiftelsen, Hedlunds stiftelse och Lagervalls stiftelse.

**FRYSKYRKAN** är till för alla som vill samtala om de stora och små livsfrågorna. Fryskyrkan önskar också uppmuntra till socialt och globalt engagemang, vilket bl a sker i form av projektsamarbeten och happenings av olika slag. Det goda samtalet är en av Fryskyrkans viktiga uppgifter, och samtalen sker både i form av inbokade möten och spontant över en fika. Fryskyrkan är ett samarbete mellan Sofia församling, EFS Mittsverige, Stockholms stift och Fryshuset.

Nätvandrarerna stöds av Allmänna Arvsfonden, World Childhood Foundation och Ungdomsstyrelsen.

För info om alla se; [www.fryshuset.se](http://www.fryshuset.se)

# Jag ska bli en modebloggare



FOTO: MOKA STRIDDE

**Höstens trender, designers, floppar, reor, modeveckor, modebloggar... Vad är inne? Vad är ute? Var finns de hetaste underkläderna? Vilken kändis har den trendigaste stilen?**

Ja, modebloggarna toppar alla bloggtopplistor. Och kanske är det sunt att människor håller sig uppdaterade och satsar på sig själva och sitt utseende. Kanske är det jättebra att de anstränger sig att vara inne och de hittar inspiration att klä sig rätt.

Men samtidigt så förstår jag inte...

Jag förstår inte att inlägget om höstens tio snyggaste handväskor prioriteras framför inlägget av den 16-åriga tjejen som skriver om sina ätstörningar. Jag begriper inte att bloggen om Victoria Secrets nya underklädskollektion kan intressera mer än Martinas som handlar om hennes liv med aids. Allt jag förstår är att det är så det är, vi har det svart på vitt när vi jämför bloggarnas läsantal.

Jag vill också bli känd, jag vill

också ha tusentals läsare om dagen. Jag vill också bli beundrad, och att andra ska vilja vara som jag och ha det jag har. Jag ska starta en modeblogg. Jag ska lägga alla mina åsikter åt sidan och sluta analysera. Jag ska sluta skriva om orättvisor, om samhällsproblem, om allt väsentligt i livet. Jag ska börja skriva om mina frukostvanor, om accessoarer och vilken vinterjacka som är inne. Jag ska skriva om vad man absolut inte får ha på sig. Jag ska ta med mig 50 plagg till provhytten, fota

mig och lägga upp bilderna på min blogg till folk att beundra.

Jag ska jaga kändisar på Google och skriva om deras outfit-floppar eller sukta efter deras modeplagg. Jag ska lägga jämställdhets- och självförtroendessnack, protester och ideal på hyllan eftersom alla ger fan i att läsa om det i alla fall.

Jag ska skriva, klä och fota fram ideal. Jag ska skapa rubriker. Jag ska få tjejer att inse att man måste klä sig rätt för att passa in. Självklart kan man ju göra det

personligt – man kan välja vilken färg man vill på skärpet. Dock inte orange. Jag ska skriva om hur man döljer sina breda höfter och i vilka jeans rumpen ser mindre ut – hur man på bästa sätt döljer sin kropp. Jag ska predika om hur du ska klä dig. Jag ska ge dig ångest. Jag ska ge dig komplex och stärka ideal. Jag ska få dig att spendera varje litet öre på kläder och tvinga dig leva på nudlar hela månaden. Jag tänker få dig att gråta för att du inte tillhör min mall. Jag ska bli en modebloggare.

**FRYSHUSET**

**F.U.S.E**

Anmäl dig till: [f.u.s.e@fryshuset.se](mailto:f.u.s.e@fryshuset.se)

**Klubben - Fryshuset den 7:e nov!**

Är du mellan 15 - 25 år. Artist, band, låtskrivare, producent. Nu får du chansen att ta del av en musikedag och uppträda inför en panel bestående av människor verksamma inom musikbranschen.

30 min per artist/band - ni spelar två låtar och får feedback direkt!  
Er egen insats på CD skiva

Workshop i att skapa låtar - var med när professionella musiker skapar en ny låt från scratch LIVE! Efter låten är gjord förs en diskussion kring rättigheterna till musiken som just skapats.

Seminarie:  
Så här börjar du, grunden i musikbranschen  
Marknadsföring av musik

Goodiebags, Dj-underhållning, tryck din egen T-shirt m.m  
Demolive klubb - uppträd inför publik på kvällen

Pris: 250:-  
Tid: 10:00 - 22:00

**I Got F.U.S.E**

MUSIKBORSEN  
EUMIA  
Svensk Musik  
STIM

**FRYSHUSET**

**JOBB COACH**

**ÄR DU ARBETSLÖS OCH 16-25 ÅR?  
VILL DU HA ETT JOBB?**

Kontakta då Fryshusets Jobbcoacher!

Telefon: 08-691 76 00,  
fråga efter Jobbcoacherna

E-post: [jobbcoach@fryshuset.se](mailto:jobbcoach@fryshuset.se)

Se vår hemsida [www.fryshuset.se](http://www.fryshuset.se)  
för mer information.

**Fotbollsalliansen och Fryshuset tackar Allmänna Arvsfonden**

I Fryshussidorna i City den 26 oktober som beskrev Fotbollsalliansens förebyggande arbete i skolorna – missade vi att nämna Allmänna Arvsfondens viktiga stöd till Fotbollsalliansen. Därför gör vi detta nu – och passar på att även tacka för det stöd som Allmänna Arvsfonden har gett och fortfarande ger till andra Fryshusverksamheter av vilka flera nämns på dessa sidor.

**SNAPSHOT**

**Fryshusets huvudsponsor 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](http://www.fryshuset.se)

**BASKETHALLEN 21:05**

**NANNY MARIANOVIC**  
Ålder: 33 år  
**Vad gör du på Fryshuset?**  
– Jag jobbar som verksamhetsansvarig för musikverksamheten F.U.S.E.  
**Vad gör ni just nu?**  
– Vi jobbar på singelsläpp med RMK och Kompaniätt.