BARE BLA

1. utg 2007 MK ved Molde VGS

Veronica fortviler over NSB. Side 4.

Helsesøster gir råd og forteller om spise-forstyrrelser. Side 6.

Vi får lære om hybellivet. Side 8.

Vaktmesteren som brenner for skolen.

Det er mange som ikke tenker så mye over hvor mye en vaktmester har å si for en skole. Vi har tatt tak i denne saken og oppsøkte vaktmester Bjørn i kjelleren i D- blokka. Han var ikke tilstede, så han var å finne i lydstudioet i F blokka.

Side 3.

"Se meg"
En novelle av Marte Strømme.
Aktuell tekst om en jente som sliter med dårlig selvtillit. Noe mange unge jenter har slitt med, og fortsatt strever med idag.

Side 2.

SE MEG

- Elisabeth Marie Denstad !
- Ja, svarer Elisabeth forsiktig og rekker en hånd i været. - Eier du stemme eller? spør Daniel, en stor bølle i klassen, og ler. Elisabeth ser ned i pulten. Nå klarte hun nesten ikke mer, hun kjenner en tåre i øyekroken presse seg frem. Nei, hun måtte ikke begynne å gråte, hun MÅTTE bare ikke begynne å gråte. For da ville alle tro at hun er skikkelig sårbar, men likevel.. det vet de vel sikkert allerede. Hvorfor måtte de alltid hakke på henne? Hvorfor måtte de alltid velge henne å plage? Tankene hennes drukner nesten i den store grøten av stemmene i det store klasserommet.

Nå klarte hun nesten ikke mer, hun kjenner en tåre i øyekroken presse seg frem.. ***Foto:*** *Benedicte Tornes*

Klokka elleve på tirsdagskveld låser Elisabeth seg inne på badet. Når hun kommer ut fra badet står moren, Marie der med et fat med kjeks.
- Kjeks ? moren ser ned på fatet med kjeks og opp på Elisabeth. - Nei, jeg er ikke sulten, sier Elisabeth og går på rommet og slenger igjen døra. Hun legger seg ned på senga og stirrer opp i taket. Det ligger en nål på nattbordet. Det er som om den prøver å fortelle henne noe. "Du fortjener et bedre liv Elisabeth Denstad, et MYE bedre liv. Bruk meg, og la dette ende en gang for alle!"
Hun går bort til speilet og studerer det hun ser. "Gud, så tykk jeg er!" tenker hun med seg selv og går vekk fra speilet.
Hvorfor måtte livet være så vanskelig? Hvorfor måtte livet være så utrolig urettferdig?
Hun hater dette livet, og hun skulle virkelig ønske hun var som Victoria Beckham. Hun var hennes store forbilde. Så vakker, så lang og slank og så utrolig god klesstil. - Se på meg, jeg har ikke noe av det, jeg er bare et null, ingenting, verdt ingenting.
Elisabeth ser seg i speilet igjen. Hun står tett inntil speilet og speiler seg. Det blir litt dogg på speilet idet det faller en tåre fra venstre øyekrok. Hun skulle ønske noen kunne se henne. Virkelig SE henne. Det er som om hun er en usynlig skikkelse som bare svever blant tilfeldige fremmede, i en fremmed verden. Ingen legger noen gang merke til henne. Hun kunne like godt ikke vært der, hun kunne like godt ikke eksistert.

Elisabeth? moren banker på døra. - Hva vil du? Elisabeth snur seg mot døra idet moren kommer inn. - Jeg vil vite hvordan det går med deg. Hvordan er det egentlig med deg? Moren ser bekymret på henne.
- Alt går bra, hvorfor spør du? Elisabeth går foran nattbordet så moren ikke skal se nålen som ligger der.
- Hvorfor jeg spør? Elisabeth.. Du skjønner vel at jeg er bekymret for deg, du skjønner vel at du betyr alt for meg?
Moren Marie, setter seg ned på sengen og sier: - Du vet at det er ingenting du ikke kan fortelle meg? moren ser på datteren som står der med tårer i øynene.

> **"Se på meg, jeg har ikke noe av det, jeg er bare et null, ingenting, verdt ingenting.**

Hvorfor har hun aldri sagt noe til moren? Fordi hun er redd? Fordi hun er pysete?
- Mamma.. jeg vet ikke om jeg orker mer nå.. sier hun stille og gråtkvalt. - Det trenger ikke være slik Elisabeth. Det handler om hvordan du gjør ting til selv også. En ting vil jeg at du skal huske, og alltid ha i tankene dine, du er spesiell og unik, og mye handler om hvordan du ser på livet og hvordan du lever det. Lev det fullt ut, så får du best resultat, si positive ord, gjør positive gjerninger og tenk positive tanker. Du kommer lengst med å være deg selv, og å være deg selv kler en best også. Tro meg.. Er du deg selv, og ikke prøver å være noe annet, så kommer du lengst her i livet. Det har mange erfart før deg.
- Jeg vil alltid ha det i tankene, og jeg lover mamma.. jeg skal værtfall prøve. Det å få høre at du er spesiell og unik betyr mer enn du aner.
Fire uker senere er Elisabeth blitt en helt ny person. Hun prater mye mer og har fått mange nye venner. "Husk at det er det som er inni som teller mest av alt, og som viser hvem du egentlig er. Den naturlige vakre jenta er mer spesiell enn den falske sminkede "populære jenta". Så vær deg selv, og ikke bry deg så mye om hva andre syns om deg. Klarer de ikke å respektere deg for den du er, så er de rett og slett ikke verdt bryet.

"Det du trodde var en ulempe for deg, kan være en stor fordel."

Skrevet av Marte Strømme

Ofrer alt for skolen vår

Det er mange som ikke tenker så mye over hvor mye en vaktmester har å si for en skole. Vi har tatt tak i denne saken og oppsøkte vaktmester Bjørn i kjelleren i D blokka. Han var ikke tilstede så han var å finne i lydstudioet i F blokka.

Tekst: Irini E. Sideri

Storfornøyd: *Vaktmester Bjørn digger jobben sin.*

FOTO: TONJE GULDBERG

Han var overasket over at vi ville intervjue han.
- Jeg har vært vaktmester i 5 år. Har jobbet på Molde vgs alle 5 årene og har tenkt å jobbe her til jeg blir pensjonert. Skal sikkert ta et år permisjon, bare slappe av og kødde litt. Mange ville sagt at vaktmester ikke akkurat er drømmejobben. Mange ansatte her på Molde vgs sier at Bjørn har gjort mye for skolen. Han bryr seg veldig om skolen generelt. Han fikk tilfeldigvis jobben for 5 år siden, da var han bare vikar. Nå har han 100 % stilling.
- Jeg stortrives på jobb. Digger alle folka på skolen, både elever og ansatte. Jobben min er jo å holde skolen ren og passe på at alt funker som det skal. Det er jo mye triveligere for alle når det er rent i gangene.

Helt vill: *Bjørn koser seg forran kameraet.*

FOTO: BENEDICTE TORNES

Noen har hørt vaktmesteren snakke om militæret ofte når han går rundt i gangene og snakker med elever.
- Forsvaret har vært en stor del av livet mitt. Jeg var i Kosovo i 1999 i ekte krig. Jeg oppfordrer alle, både gutter og jenter til å melde seg inn i militæret.
Det er mye styr med skap på skolen. Mange glemmer igjen nøkkler hjemme, mister de, eller låser de inne i skapene sine.
- Det er rundt 5 tilfeler i uka ja. Dere må skjerpe dere!
Før vi tar farvel oppfordrer han igjen til innmelding i militæret og at alle rydder opp etter seg i gangene. Også vil han minne om at han er singel.

NSB - Noen Som Bråker

Fræna: Ferieturen til Veronica H. Vangen ble ikke som tenkt. På vei hjem fra kjæresten i Stavanger ble reisen hele 900 kr dyrere - kun på grunn av manglende studentbevis.

Tekst: Benedicte Tornes

Tatt uten skolebevis: *Veronica H. Vangen måtte betale dyrt i høstferien.*
FOTO: KSENIA DROBININA

Det er en stund siden nå, men minnene etter høstferien sitter godt igjen.
Bilettkontrolløren, de andre bilettkontrollørene, alle spørsmålene og mangel på forståelse og studentbevis sitter fortsatt igjen.

Turen som allerede hadde kostet nok fra før, ble ikke billigere da Veronca H. Vangen skulle med toget til Trondheim fra en høstferie med kjærsten i Steinkjer.

Intet studentbevis å vise

-Jeg kjøpte en studentbillett i en luke på Steinkjer togstasjon, betalte mine 131 kr og gikk på toget. En vanlig billettsjekk gikk som normalt, helt til dobbelsjekken kom.
Veronica ser litt flau ut. Videre legger hun ut om spørrerunden som gikk så ufattelig galt.
-Billettkontroløren ville se studentbeviset mitt når han så at jeg hadde kjøpt studentbillett. Da fortalte jeg at det hadde jeg ikke fått tak i ennå, men jeg hadde bankkort.
Det viste seg å ikke være godt nok. Kontrolløren og to andre menn samt en dame på jobb (eller kjerring, som Veronica sa), kom inn i situasjonen. Også hun stilte seg på lag med mennene i uniform. Hun proklamerte at hun var helt enig, uten studentbevis burde Veronica ikke komme seg hjem med studentbillett.
-Jeg ble rasende og enormt sur. Jeg ble livredd, "tenk om jeg ble kastet ut at toget", tenkte jeg.

Mannskapet kom etter en liten pause med en giro på 900 kr.

-Sure penger. Skikkelige sure peger. Hadde jeg vært modigere, hadd jeg vært større i kjeften og nektet å betale, sier Veronica.

Tid til ettertanke

Likevel sitter hun ikke igjen med dårlige minner fra turen. Hun forteller at hun også klandre seg selv.
-Den dagen vi skulle kjøpe studentbevis var jeg syk, og jeg hadde ikke mulighet å få tak i bevis på at jeg går på Molde Videregående. Og det å spørre etter et hastebevis var ikke i tankegangen min.
Hvem er det du klandrer, egentlig?
Jeg er ikke sint på NSB. Det er systemet jeg klandrer.

> **"Hadde jeg vært modigere, hadde jeg vært større i kjeften og nektet å betale.**

I en kommentar fra NSB angående saken, får vi det forklart at man må kunne vise gyldig studentbevis under billettkontroll for å ha rett på studentrabatten. "Vi opererer med en rabatt på 25 % til studenter, men det er NSB Minipris 199 kr - uansett strekning som er desidert mest populært," sier informasjonssjef, Marked og Kommunikasjon i NSB, Åge-Christoffer Lundeby i en kommentar til Bare Bla.

Giroen på 900 kr ligger fortsatt ubetalt blandt Veronicas andre telefon- og bredbåndsregninger.
-Jeg regnet med at toget ble en billig afære. Men det viste seg at de samlede utgiftene ble på fly-nivå.
Å være student er ikke alltid like lett, utbryer hun. Fristen med å betale går faktisk ut i dag. Jeg vet ikke helt hva jeg skal gjøre med det. Har ikke så meget lyst til å betale, liksom. Men jeg vil heller ikke bli svartelistet av NSB. Hun drar seg litt i håret.

I ettertid ser Veronica på hele situasjonen som lærerik og erfarende.
-Jeg har lært at jeg skal reise med studentbevis fra nå av. Også føler jeg meg mer voksen. Dessuten har jeg begynt å ta mer ansvar hjemme, ler hun.

Vi takker Veronica og ønsker henne god tur på bussen hjem. Til slutt minner vi henne på å ta med bussbevis. Bare for å være på den sikre siden.

siden,liksom.

Lang trang gang

Vi tok turen rundt på Molde Videregående skole, på jakt etter noen hyggelige elever. De var ikke vanskelig å finne.

I gangene på Molde Vgs er det alltid noen elever å se. De fleste er travelt opptatt med sitt mens de går fra rom til rom med mobiler i hånda, høyhelte sko, klikk klakk bortover gangene i en rasende fart.

Noen er stille, noen er bråkete, tøffe i kjeften eller spilloppmakere. Uansett så finner vi folk av ulik stil, med ulike interesser og ulik smak.

Men det pussige er at uansett stil, klasse og alt det gudene vet, har de fleste de samme planene i friminuttene.

Rom til rom, og ned til sentrum i matfri.

Marie Røvik Dyrlie.

Marie er glad i friminuttene. Hun har korte svar, men vi klarer likevel å se at dette er en jente som vet å sette pris på friminuttene.

Hun benytter seg sjeldent automatene i gangen, for hun har med seg sin egen niste i stedet.

Mens hun spiser sitter hun med PC'en og gjør lekser.

Hun ønsker at det kunne vært flere friminutt, men er fornøyd med lengden på de hun har.

Matfri er hennes desiderte favoritt friminutt.

Sindre Skaldehaug.

Sindre virker å være en sunn gutt selv om matfri brukes til å gå til bunnpris og bakeriet. Maten betales som regel med bankkort, for kontanter er det lite med. Når han har kontanter, brukes de på automatene i gangen.

Sindre er fornøyd med lengden på friminuttene, selv om han helst kunne sett at de var litt lengre.
- Det blir litt liten tid når vi skal skifte rom i friminuttene.
Men men, det er bedre enn på Romsdal, legger han til.

Magnus Holen.

Magnus benytter matfriminuttet til å gå ned til sentrum for å handle seg mat. Ellers så går det til venner og kasnkje ta seg en liten tur på doen hvis det trengs.

Automatene i gangen bruker han hvis han vil ha seg en matbit mellom friminuttene.

Magnus er stort sett fornøyd med lengden på friminuttene, men han kunne tenkt seg to skikkelige lange friminutt i stedet for et på torsdag.

Hans soleklare favorittfriminutt er matfri.

Benedicte Tornes

Jeg snakker med en blid og positiv jente ved navn Benedicte.

Hun forteller meg at hun snakker med venner i friminuttene. Da tuller hun mye.
- I går "nedafær", sier hun. Det vil si sentrum.

Hun kjøper noen ganger ting fra automatene. men hun har i det siste registrert at automatene sluker pengene hennes. - Det er dumt, sier hun.

Benedicte synes lengden på friminuttene kunne vært lengre. Hun sier at hun er veldig glad i friminutt, men hvis lengre friminutt hadde betydd lengre skoledag, hadde hun satt foten ned.
Hennes favorittfriminutt er helt klart matfri på torsdag. - Når det er midttime etterpå. Da er det litt himmel å gå på skolen.

Et bedre selvbilde

> **De fleste jenter tenker alt for masse på hvordan de ser ut, noe som er synd.**

Med helsesøster fikk jeg mange fakta om spiseforstyrrelser, dårligselvbilde og dårligselv-tillit. Her på Molde Videre-gående har det vært hele 10 personer i kontakt med helsesøster angående disse problemene.

Tekst: Marte Strømme
Foto: Tonje Sandvik Guldberg

Molde: Helsesøster Anne Reidun Rottem

Anoreksi og bulumi - samtidig

Jeg setter meg ned sammen med ei jente. Hun har slitt med både anoreksi og bulumi, og nå får vi hele historien.

Jeg lurte på hva det var som gjorde at hun fikk problemer.
- Jeg var veldig opptatt av hvordan jeg selv så ut, så skjedde det en stor forandring i livet, som gjorde at jeg fikk psykiske problemer. Dette førte til både anoreksi og bulumi, svarer hun.
- Hvordan skjulte du at du hadde problemer?
Hadde jeg det vondt inni meg, gikk jeg og "faket" et smil. Jeg kom med unnskyldninger og latet som jeg spiste når jeg ikke gjorde det. Og når noen spurte hvordan jeg hadde det, sa jeg at alt var bra. Jeg følger nøye med i det hun svarer på mitt neste spørsmål.

FAKTA OG RÅD FRA HELSESØSTER

• Antall samtaler hittil i år er 10 samtaler med personer som strever/ strevde med spiseforstyyrelser, dårlig selvbilde og dårlig selvtillit.

• Kjenner du noen som har slike problemer er det viktig å være åpen og ærlig, og vise omsorg. Du kan hjelpe personen ved å hjelpe de med å få hjelp.

• Støttesamtaler er veldig lurt.

• Desto tidligere en skaffer hjelp, desto bedre er det.

• Hjelpe de med å se at de er syk.

• Sykesøster henviser til psykolog.

- Hvordan skjønte noen at noe var galt?
Hun tenker seg litt om før hun svarer.
- Etter at jeg hadde gått ned ti kilo skjønte mamma og pappa at det måtte være mer enn treningen som hadde ført meg så langt ned i vekt. Hun tar en kort pause før hun fortsetter.
Jeg husker så godt den kvelden, jeg kom akkurat ut fra badet, det siste jeg gjorde var å veie meg. Når jeg kom ut sa foreldrene mine at de ville snakke med meg. Jeg innrømte ingenting den gangen, så sa mamma at hun ville bestille legetime til meg, noe som førte til at jeg måtte begynne å gå til psykolog.

> **Jeg innrømte ingenting den gangen**

På skolen var det flere av de i klassen som sa "oj, så tynn du har blitt", noe jeg faktisk likte å høre, siden jeg jobbet med å bli tynnere.
Hvordan reagerte du når de ville hjelpe deg?
Det var tungt, men jeg klarte heldigvis å innse selv at jeg trengte hjelp etter litt. Hver dag ble et slit, og dette slitet klarte jeg ikke å komme meg ut av. Jeg så bare mer og mer mørkt på livet, så jeg trengte hjelp for å få mer positive tanker tilbake. Det blir en lang pause, der det er helt stille. Stillhet. Jeg spør henne om hvorfor hun tror at mange jenter sliter med dårlig selvbilde og spiseforstyrrelser.
Det er mye media og samfunnet som påvirker veldig lett. Om du ser i et moteblad ser en kun tynne mennesker med vakkert ansikt og de blir stemplet som perfekt. Dette blir forbilder og gjør at unge vil bli som de. Hun stopper litt opp og tenker. Kan også være at de synes det er for mye i hverdagen, noe som gjør at en kan bli psykisk syk av slitsomhet, avslutter hun.

> **Hver dag ble et slit, og dette slitet klarte jeg ikke å komme meg ut av.**

Så spør jeg henne om hva hun tror er viktig å gjøre om venninnen får slike problemer.
Jeg ville vært mye sammen med henne, snakket åpent og tilkallet hjelp for jeg vet at til raskere hjelp en får til bedre blir alt senere.
Hva syns du om jenter og selvbilde i dag?
De fleste jenter tenker alt for masse på hvordan de ser ut, noe som er synd. Dette fører jo bare til overdreven opptatthet og det kan lett bli dårlig selvbilde ut av det.

> **Jeg skrev for eksempel lapper rundt om i huset "du er verdifull" for å få mer tro på meg selv.**

Skulle ønske alle respekterte seg selv 100% og ikke brydde seg så mye. Det meste hadde nok vært bedre for de da, sier hun og smiler.
Til slutt har du noe å si til jenter der ute med dårlig selvbilde?
Jeg synes alle bør være fornøyd med seg selv, jobb med bedre tanker. Jeg skrev for eksempel lapper rundt om i huset "du er verdifull" for å få mer tro på meg selv. Det tok lang tid før jeg faktisk respekterte det som stod på lappene, men det gikk til slutt. Det er også lurt å være i fysisk aktivetet og være sosial, funker positivt for alle.
Til slutt smiler jeg og takker for intervjuet.

Leder!

Her skal da jeg som redaktør si noen visdomsfulle og kloke ord. Ja det er jo jammen meg ingen enkel jobb å drive denne avisen med alle journalistene løpende rundt omkring, og så skal jeg tilogmed skrive leder. For noe tull sier nå jeg da.

Det er jo vellkjent at menn ikke kan gjøre mange ting på en gang, sier dem vertfall, så hvorfor forventer dei at jeg skal springe rundt her å sjefe til alle om å gjøre jobben deres, å vist jeg ikke sier at dei skal skrive noe så skriver de ingenting. Og da blir det jo ingen avis, og da sitter du der alene i stolen eller sofaen du sitter i, kansje du står og, så har du ingen avis å lese. Så var det tilbake til lederen jeg da vistnokk skal skrive mens jeg gjør all denne leder-jobbingen.

Min aller første leder, i min aller første avis. Hva i all verden skal jeg skrive her da tro? Er ikke bare bare å sette seg ned fra alt tjas og mas for å skrive en masse kloke ord i en liten spalte på side 7, som forøvrig ligger så langt bak for at den i det hele tatt skal få være med. Alle sidene er jo helt fult til randen, og så skal jeg i siste liten putte inn alle mine visdomsord.

Og visdomsord har man jo ikke få av, men når man faktisk trenger dem så har man ikke mange heller. Jada, visdom-sordene kommer jo innom hodet nå og da, men så kommer oppgaven der du skal sette deg ned å skrive, ja hvor i all verden skal jeg få så mange kloke ord fra.

Sliter meg ut dag inn og dag ut med denne avisen, bare for at det skal bli en avis. Ikke lett å fylle alle sidene med viktige saker som du vil lese, fylle hver bidige side helt opp med mye infor-masjon. Nei det skal ikke være lett.

Men når man ser tilbake på tiden som var, så finner man ut at det har kom-met ganske mye ut av det uansett, så da takker jeg for meg og håper du koser deg med avisen.

Mvh

Redaktør
Raymond Volle

HYBELMAT

Det sies at ungdommer på hybel er dårlig når det gjelder mat. Er virkelig Grandiosa den orginale hybelmaten? Eller er den bare oppskryt? Kanskje vi kan få hybelboere til å spise annen mat en den usunne grandiosaen? Helsesøster .... sier riktig kosthold er viktigere enn mange unge tenker over.

Irina Danielsen Hammerø

- Ofte glemmer ungdom at maten er en viktig del av dagsbehovet, og skal en klare seg gjennom en hel dag, må en huske på å få i seg nok vitaminer, vann og mat. Magne går raskt i den fellen at når de har kommet for seg selv på hybel kan de spise hva de vil. Det er jo forsåvidt riktig, men poenget er det at det er viktig å ta ansvar for sin egen kost.

Hva syntes du folk burde spise.?
- Altså, det som er veldig viktig er at ungdom får i seg nok jern. Spis mye leverpostei og salat. Også når en spiser jern, så er det veldig lurt å ha det motsatte til, altså, gjerne druer eller sylteakurk. Det er et veldig lurt alternativ.
Sett også heller frem en skål med frukt og grønt på stuebordet på hybelen, så er du nesten sikker på at en går å småspiser på dette. Mye bedre enn godteri og brus. Legg heller inn en vane der du handler inn sunn og god mat, istedet for brus og boller osv. Melk er også viktg. Ha det i kjøleskapet, og lær deg å like den kalde melken kombinert med en god brødskive eller noe annet.

Er du enig i det at maten har mye å si på kroppen til ungdom? altså, kondis osv.
-ja det er jeg, så absolutt, for vist ungdom går å spiser på usunn mat og dårlig kosthold kan dette både føre til diabetes og andre sykdommer, noe som er svært dumt. hvorfor ikke bare spise mer næringsrik mat og la kroppen bygge seg sterk? jeg sier ikke det at vi ikke skal spise godteri og andre godsaker, men vi må lære oss å kutte ned på dette.

Og det med at ungdom holder seg i form syntes jeg er bra, men da må en passe på at en ikke får i seg for mye av kunstige stoffer som er i drikken vi drikker etter trening. Mange drikker sportsdrikker eller brus, også farris. Men dette utvikler seg fort til en veldig dårlig uvane, kunstige stoffer tærer på kroppen og kan kanskje gi skader? hvem vet, det er ikke bevist noe enda, men jeg kan umulig tro at dette er noa bra for kroppen. Drikk vann fra springen, det er det aller beste.

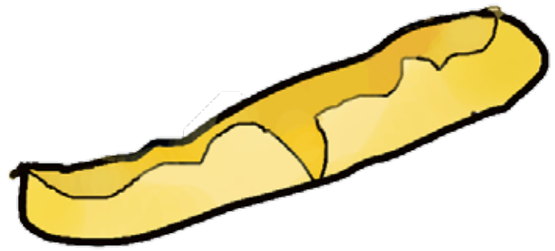
Har du et lite råd til ungdom før vi avslutter?: -Spis godt med mat, drikk vann fra springen og pass på deg selv.

Helsesøster: *Anne Reidun Rottem*
FOTO: IRINA D.HAMMERØ

Til slutt en liten matoppskrift

Varme baguetter

En enkel oppskrift som passer godt til en ung hybelbeboers lommebok er varme baguetter med kjøttdeigfyll og revet ost på toppen.



Varme baguetter med kjøttdeigfyll og revet ost på toppen.

Ingredienser
1 Baguett
Kjøttdeig
Ost
Rømmedressing
Baconstrimler
Piffi krydder

Tilberedning:
Stek kjøttdeigen og baconstrimlene Skjær baguetten på midten, ikke helt igjennom.
Lag en stripe rømmedressing i bunn og fyll på kjøttdeig nesten til toppen.
Legg baconstrimlene oppå kjøttdeigen og dryss piffi krydder på der igjen.
Legg revet ost på toppen av alt slik at det dekker fyllet.
Gjerne en god og frodig salat ved siden av.

Hele sulamitten varmes i ovnen på 250 grader i 5 minutter.
Serveringstips
Enkel å spise, kan holde den i hånden og sitte foran pcen og se film mens maten nytes.

Intervju

Vi intervjuet tre elever vi møtte på skolen om hva de spiste til frokost, middag, og om de kanskje hadde et fint lite mattips til andre ungdommer på hybel.

Navn: Audun
Alder: 17
Bor: Ålesund.

Hva spiser du til frokost?:
Baggis på skulen, eller knekkebrød. med kvitost og smør, kanskje agurk, kanskje et glass melk , eller kanskje et glass brus.

Hva spiser du til middag?:
Nei det varierer veldig mye, det er jo som en vanlig husstand, som en vanlig familie på 4 middag. for å nevne et eksempel da, så kanskje kjøttkaker i brunsaus med poteter.

Spiser du ofte Grandiosa?:
Nei.
Veldig sjeldent.

Har du et råd til de som ikke spiser mye mat på hybelen sin? et lite mattips kanskje?:
eem, mattips? Nuddler vist du har lite penger. Eller så er jo kylling ganske sunt, og kan godt tilberedes på mange måter. Det er bare å ringe meg hvis det er noe du lurer på, jeg kan det meste innen mat,
sier Audun med et stort smil.

Navn: Robert
Alder: 16
Bor: Molde

Hva spiser du til frokost?:
jeg spiser ikke frokost. Rekker det aldri.

Hva spiser du til middag?:
kjøttsuppe, pannekaker, ja det er egentlig veldig forskjellig. Noen ganger spiser jeg bare brødskive, eller ingen ting.

Spiser du ofte Grandiosa?:
Nei, ALDRI. eller, har kanskje spist det en gang.

Har du et råd til de som ikke spiser mye mat på hybelen sin? et lite mattips kanskje?:
Folk kan lage egg og bacon. Det er rask og god mat. Steke det godt og nyte maten etterpå. Det var jo ikke så veldig sunt mattips da men det er jo mat.

Robert takker for seg med et stort smil om munnen. Tussler av sted og inn på klasserommet.
Et vellykket intervju.

LIVET PÅ HYBEL

Det å bo på hybel kan by på mange utfordringer. Mat, økonomi, fritidsaktiviteter, hygiene og orden. For å høre mer om dette har jeg intervjuet noen elever for å få forskjellige synspunkter.

Tekst og foto: June Holm Sundet

Erik Nupen, 16 år fra Eidsdalen på Synnmøre, går 1. året medier og kommunikasjon på Molde vgs.

Hvorfor velger du å bo på hybel?
Han tenker seg om litt før han svarer.
- Det blir et par mil å pendle, så det blir alt for langt. Så jeg fant ut at det å bo på hybel er den
beste løsningen for meg.

Hvilken fordeler ser du i det?
Mye mer frihet. Alt blir morsommere, og det er færre restriksjoner. Om jeg vil ta meg en fest, slipper jeg å tenke på kjeft fra foreldrene mine.

Er det noen baksider?
Det er så klart å vaske opp og rydde, alt som er kjedelig selv om det må gjøres. Når jeg bodde hjemme slapp jeg å tenke på slikt.

Er du en sunn eller usunn hybelboer?
- helt ærlig er jeg vel en usunn hybelboer! sier han og kommer med en latter.

Hvor mye penger bruker du i løpet av en måned på mat?
Blir omtrent 1000 kroner i måneden, ikke mer i så fall.

Hva gjør du på fritiden?
Er sammen med hybelkameraten eller med storebroren min som bor i Molde.

Vil du si at du har en ryddig hybel?
Han kommer med en rask kommentar
- Nei, egentlig ikke!

Når du handler, hva er det du handler inn?
Nå er jeg vel farlig ærlig, men det går mest i julebrus og pizza. Noen ganger litt brødmat og pålegg.

Noe mer du vil tilføye før vi avslutter?
Når jeg tenker på det med ryddighet så er det bedre med litt skitt i hjørnene enn å ha et rent helvete.

Etter intevjuet med Erik ville Andrea fortelle om hvordan hun synest det var å bo på hybel. Noe som passet bra, siden vi da kanskje kan se om det er noe forskjell på hybelen til ei jente og en gutt. Hun er 16 år, og går også 1. året på Medier og kommunikasjon.

Hvorfor velger du å bo på hybel?
Jeg gidder ikke å pendle 90 minutter hver dag, da blir det lite søvn og det er jeg ikke opplagt til, i tillegg er det deilig å være mer fri.

Hvilken fordeler ser du i det?
Ikkje ansvar overfor familien, får være mer fri og bestemme mer selv.

Er det noen baksider?
Ingen som lager mat til meg, kan også bli usosialt. Så er det ingen som passer på om jeg gjør leksene mine.

Er du en sunn eller usunn hybelboer?
Jeg skal ikke unnskylde meg eller komme med noe usant her, jeg er veldig usunn!

Hvor mye penger bruker du i løpet av en måned på mat?
Jeg får mat med familien, så jeg bruker ingenting på det, men 500 i måneden på godterier.

Hva gjør du på fritiden?
Er på hybelen, kjeder meg en del. Er en gang i blant ute.

Vil du si at du har en ryddig hybel?
Hybelen er så liten, så alle må regne med at det vil være rotete.

Når du handler, hva er det du handler inn?
Potetgull og drikke, siden jeg får mat med familien trenger jeg ikke noe mer.

Noe mer du vil tilføye før vi avslutter?
Hun tenker seg om og kommer frem til at hun ikke har noe mer og si.

Denne dagen fikk vi besøk av Audun Berg som går 2. året Maritim på Borgund vgs. Han hadde vært på tannlegen og ville møte venner fra gamleklassen. Nå bor på hybel i Ålesund og ville gledelig stille opp til intervju.

Hvorfor velger du å bo på hybel?
Jeg orker ikke å pendle og jeg vil bort fra familien.

Hvilken fordeler ser du i det?
Mer frihet og kortere skoleveg, du ser på smilet mitt at jeg koser meg.

Er det noen baksider?
Ja, lite penger og vasking!

Er du en sunn eller usunn hybelboer?
"Sunn seff" om noen prøver å hinte om noe annet tar de helt feil.

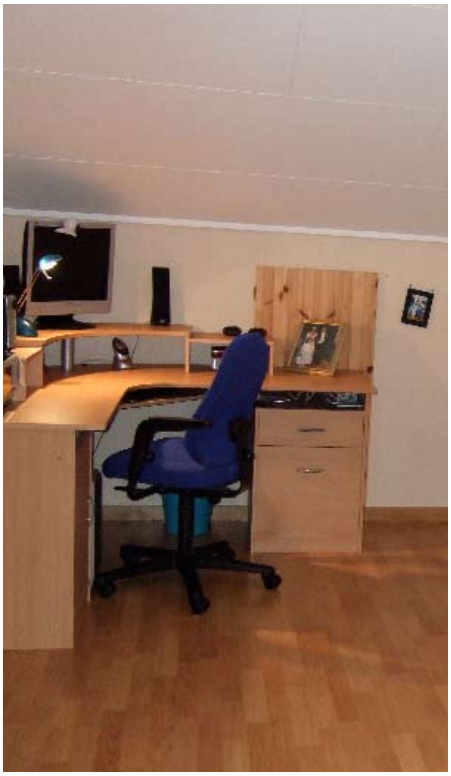
Hvor mye penger bruker du i løpet av en måned på mat?.
Vanskelig å si, men et par tusen.

Hva gjør du på fritiden?
Litt data, trener og er sammen med venner. Savner faktisk litt lekser.

Vil du si at du har det ryddig på hybelen?
Ja, stort sett. Har lært at jeg skal rydde etter meg.

Når du er å handler, hva er det du handler inn?
Det jeg har lyst på, spørs hvor mye penger jeg har.

Noe mer du vil tilføye før vi avslutter?
Pass på at du flytter sammen med de rette personene, for nå må jeg flytte fordi jeg er ikke går helt overens med en som jeg bor sammen med. Når han er der må jeg bare gå ut og finne på noe med venner eller stikke og trene.

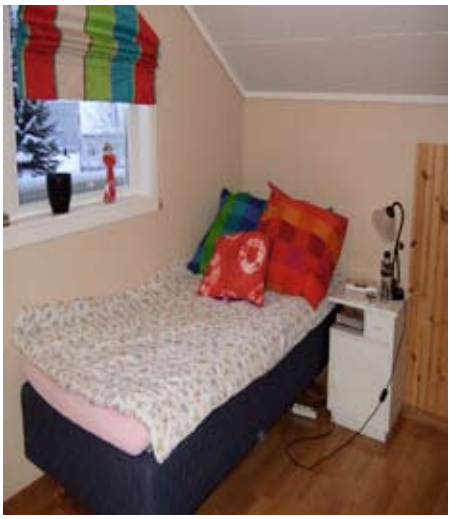


FORDELER OG BAKDELER

Hybellivet er ikke alltid bare fryd og gammen viser det seg. Både helsesøster og ungdomspsykolog opplyser at ungdom ofte mistrives og kommer ut av den vanlige døgnrytmen ved å flytte hjemmefra.

Tekst og foto: Tine Heggem

Det er ikke bevist at flesteparten mistrives på hybel, men det er liksom så populært å flytte bort, og folk skjønner kanskje ikke konsekvensene av dette med en gang.
Ungdommene selv som vi i avisen har snakket med innrømmer ikke at de kanskje er oppe lengre om kveldene, men de innrømmer å ha problemer med ubudne gjester, som hybelkaniner og lignende.
En andreårs student ved Molde vgs innrømmer at hun ikke tror at hun kunne greid seg alene på hybel. Det er derfor de fleste velger å flytte bort to og to. Ungdommene nå til dags er ganske sosiale av seg, og liker sjelden å være alene. Dette speiler seg også i flyttemønsteret. De fleste velger å flytte sammen to og to, mens de som flytter alene ofte vender tilbake til hjemstedet ganske fort.
Noe som også viser seg er at dagens ungdom flytter seinere ut enn før. De har flere linjetilbud per skole nå, og det hører til sjeldenhetene at en må flytte langt bort for å finne seg en skole.

Ensomt
De fleste som har kontaktet helsesøster sliter sosialt. Dette er noe som preger dem mentalt, og det går videre ut over skolegangen. Det blir en ond sirkel ut av det.
Men det er også positive sider ved det å bo på hybel. Man blir mer selvstendig, modnes ofte fortere, tar mer ansvar, og det hjelper som øving til voksenlivet senere. Akkurat dette gjenkjenner også dem vi snakket med. De blir flinkere til å lage mat, selv om det lett kan bli en brødskive ved brødfjølen. Det er lettere å komme inn i et miljø, og ofte et bra miljø ved å være med på sosiale sammenkomster, eller ha en hobby hvor folk kan møtes og bli kjent. Ungdommer som sliter og ofte skeier litt ut, er de som ikke kommer seg inn i et bra miljø.

Penger
Pengene, som i stipend, er det som skiller hybelungdom fra den fattige mann på gata. Hvor mye de får å leve på i måneden kommer an på foreldrenes inntekt, og det kommer an på hvor langt unna skolen og hybelen din hjemstedet ditt befinner seg.
Denne summen varierer veldig, men stipend kan en også skaffe seg ved å bo hjemme, bare for en liten inntekt i måneden. Til tross for innkommingen av penger hver måned kan det være hardt å greie seg uten mer. Ofte er ungdommene vant til at foreldre har betalt og ordnet mat før, og er kanskje ikke helt klar over utgiftene som går til husstanden og mat hver måned. Det er derfor veldig mange velger å skaffe seg jobb. En titt rundt i klesbutikkene i Molde sentrum og på kjøpesentrene viser at det er hardtarbeidende ungdom å finne der. Enkelte eldre må derfor bite i det sure eplet, og innrømme at ungdom greier seg.
For til tross for de små prosentene som har kontaktet helsesøster, overlever de fleste ungdom i alt fra 1 til 3 år med hybel på videregående skole, og det legger et godt grunnlag for voksenlivet som senere venter.