

Kommunalvalg



Foto: Foto: Joachim Ladefoged

Mediekonkurrence for skoler 2025

Valg



Ole Kirk's Fond BØRNS VILKÅR KL

november 2025 • ID: 7344

MIDTJYLLANDSAVIS

Bryrup Tidende • Bryrup Skole • Bryrup



Helle Gade taler ud

Vejen til borgmesterposten

Journalisterne fra Bryrup skole efter interviewet med Helle Gade, Silkeborgs borgmester. Lær hende bedre at kende på side 7. FOTO: FOTO: SEBASTIAN PONCHAIMART RASMUSSEN

2 BRYRUP TIDENDE

Skraldere

Er det ulovligt?

RENÉ HAURVIG

SKRALDERE Skraldere

Folk der skralder gør det for det meste for at få mad fordi de enten ikke har så mange penge eller der gerne vil stoppe madspild. Der er dog folk som ikke synes særligt godt om dette, fordi at det ser grimt ud og får området til at se fattigt ud.

Og ja, det er lovligt, men man må ikke bryde ind på private ejendomme for at skralde, man skal dog passe på, man kan nemt blive syg af det.

vi synes at det ser lidt klamt ud, men kan også godt forstå at nogle gør det.

Fødevarerstyrelsen.dk



Foto: Mads Nissen

Fremtid

Hvad vælger unge som job/uddannelse

SILAS NYKJÆR FREDERIKSEN

UNGES FREMTID Ifølge en af DEA's undersøgelser i 2018 påvirkes unges uddannelses valg typisk af deres tætte familie, venner og skolekammerater. Forældre har indflydelse på de unges uddannelses valg gennem fx hvordan familien er sammensat, hvor meget de tjener, hvor meget de kan bruge på barnets fremtid, deres egen uddannelses baggrund og gennem deres vejledning af de unge. DEA.nu

"One day middle school will end and turn into high school, and after that it just becomes life. The things you think are important now won't be anymore."

Wimpy kid.



FOTO: DADO RUVIC

Sociale medier

Unge valg om sociale medier

SEBASTIAN NGUYEN JENSEN

SOCIALE MEDIER Sociale medier

I 8. - 9. klasse er der flere og flere der bruger sociale medier. Vores undersøgelse viser at 95 % af danske teenagere har sociale medier og 75 % af dem har det på grund af at venner og familie har det. Det er et stort problem fordi de bliver alt for optaget af det og kommer ikke udenfor. Der er både gode og dårlige ting ved at have sociale medier.

De gode ting ved det er fx at de kan snakke sammen, og lave aftaler, og deres fællesskab bliver bedre, men det kan også blive det modsatte fordi de kan føle sig udenfor, og at de i stedet for at være sammen så snakker de bare sammen på sociale medier. I 8. - 9. klasse er der ifølge vores undersøgelse, ca. 55 % der IKKE accepterer venneanmodninger fra fremmede og 45 % der gør det. Vi synes at det er et meget stort problem på grund af at de kan blive hacket eller tvunget til at gøre dårlige ting. Det er omkring halvdelen af unge der mener at der IKKE skal være nogen som helst lov omkring sociale medier, hvorimod den anden

halvdelen mener at der skal være en form for aldersgrænse så små børn ikke bliver hjernevasket af deres mobil. Vi mener selv at der godt kunne være love for alder, men folk ville bare lave falske kontorer, så derfor tænkte vi at forældrene må blive nødt til at holde styr på om sit barn bruger sociale medier, så alt i alt ville en lov ikke gøre den store forskel, hvad synes du? Skal der være love omkring sociale medier? Det er jo et meget stort problem at unge bruger så lang tid på deres skærme, så hvad kunne man nemlig gøre for at de kommer ud og ikke bruger skærm? Undersøgelser viser at hvis man skifter sin mobil til

sort-hvid tilstand får man mindre lyst til at bruge den. Man kunne også finde nye hobbyer, gå til fritidsaktiviteter eller fritidshold. Forældrene kunne også lave skærmtids begrænsninger for dem selv og deres børn, og så kunne forældrene og børnene være mere sammen med hinanden og hygge sammen oftere. Man kunne også være mere med sine gode venner og hygge sammen, spille brætspil, hoppe på trampolin, dyrke sport, lave hopper, tegne og så meget mere. Vi synes det er meget bedre hvis unge gør nogle af de ting eller bare kommer mere udenfor.

Transkønnethed

Ændring af køn

FRIDA MAY OVERGAARD

TRANSKØNNETHED Nogle børn eller unge føler sig som det andet

køn, eller som intet køn. Men det kan være svært at indrømme og beslutte at gøre noget ved. Nyere undersøgelser viser at 0,5-2% af befolkningen, er eller gerne vil være et andet køn end det de er født som. Heldigvis kan man få en operation får at blive det køn man ønsker. Man

ved ikke hvordan ens køns identitet opstår, eller hvorfor nogle mennesker føler sig som noget andet end man er. Man kan også ønske IKKE at have et køn, det kalder man også intetkøn, de føler sig hverken som kvinde eller mand. Nogen føler sig allerede som det andet køn som

barn, mens andre først føler sig som det andet køn som teenager eller ung. For os personligt er det helt fint at være trans-kønnet og at det ikke gør os noget så længe det ikke påvirker os.

sundhed.dk

BRYRUP TIDENDE

Ansvarlig lærer: Heidi Malene Mølgaard. **Øvrige lærere:** Laura Ingeberg Christensen, Mette Toft Oxbøll. **Korrektur:** Silas Nykjær Frederiksen, Sebastian Nguyen Jensen, Gustav Karkov, Maja Sig Tranberg, Emil Hjorth Marcussen, René Haurvig, Esther Kristensen, Emias Frostholt Christensen. **Cheflayouter / redaktør:** Silas Nykjær Frederiksen, Sebastian Nguyen Jensen, Gustav Karkov, Maja Sig Tranberg, Emil Hjorth Marcussen, René Haurvig, Esther Kristensen, Emias Frostholt Christensen, Ellen Abildtrup Rasmussen. **Bryrup Tidendes Redaktion** Vitus Ferslev Augustinus, Victor Udengaard Urup, Tau Bjørn-Henriksen, Silas Nykjær Frederiksen, Sebastian Ponchaimart Rasmussen, Sebastian Nguyen Jensen, René Haurvig, Pelle Berg Christiansen, Mille Fjeldberg Pedersen, Manfred Steensgaard, Maja Sig Tranberg, Magnus Klercke Pedersen, Magnus Juhl Pedersen, Lucinda Davood, Liva Lyder Veng Kristensen, Liv Korshøj Rasmussen, Gustav Karkov, Frida May Overgaard, Esther Kristensen, Emma-Oline Schultz Laustsen, Emil Hjorth Marcussen, Emias Frostholt Christensen, Ellen Abildtrup Rasmussen, Bastian Loft Jensen, Anton Kjestrup Ahl, Adam Jørgensen-Lund. **Annoncer, humor, kryds- og tværs** Magnus Juhl Pedersen, Anton Kjestrup Ahl, Emias Frostholt Christensen. **Sportsredaktionen** Vitus Ferslev Augustinus, Victor Udengaard Urup,



◦ Elev på Lystruphøve efterskole. FOTO: EMMA-OLINE SCHULTZ LAUSTSEN

Valget om at tage på efterskole

Mange unge møder tvivl, når de skal tage valget om at tage på efterskole.

EMMA-OLINE SCHULTZ LAUSTSEN,
MILLE FJELDBERG PEDERSEN OG
ESTHER RIMPLER BERG KRISTENSEN.

EFTERSKOLE Hvad er en efterskole, og hvad kan man vælge?

En efterskole er en form for kostskole for unge, hvor man både bor og går i skole. Man kan vælge at gå på efterskole i 8,9 eller 10 klasse, alt efter hvad man har lyst til. Man kan også vælge at gå direkte fra folkeskole til en ungdomsuddannelse.

På en efterskole er der både almindelige fag som dansk og matematik, men mange efterskoler tilbyder også linjer og valgfag hvor man kan fordybe sig i en interesse som f.eks. outdoor, gymnastik, krea, ridning, fodbold og så videre. På mange efterskoler er der også rigtig stort fokus på fællesskabet og personlig udvikling.

Der findes både almene efterskoler og efterskoler tilpasset til folk med særlige behov som f.eks. ordblindedefterskoler.

Valget at tage på efterskole

Mange unge vælger hvert år at tage på efterskole, men det kan være en rigtig svær beslutning, da det betyder at man skal være et år væk fra hjemmet, og alt det man kender. For mange er efterskoleopholdet en rigtig vigtig periode, hvor man møder nye mennesker, og udvikler sig som person og bliver mere selvstændig, så derfor er det også et rigtig vigtigt og svært valg, hvor mange kan møde tvivl og usikkerhed. Mange vægter linjerne og valgfagene rigtig højt, når de skal vælge, udover det er det sociale fællesskab og miljøet på efterskolen noget, mange vælger ud fra. Mange tager med deres forældre ud og ser på efterskolen og snakker med nuværende elever og lærere, og det kan give en

god ide om valget. Andre ting der kan påvirke valget, kan være praktiske grunde som afstand til hjemmet, og prisen på nogle efterskoler er rigtig høj, og det kan være svært for nogle familier at betale.

Hvordan ved man om det er det rigtige valg

Det kan være rigtig svært for mange at vælge efterskole, især når der er så mange forskellige at vælge imellem. Men hvordan finder man egentlig ud af, hvilken efterskole der passer bedst? Man kan starte med at tænke over sine interesser, for eksempel sport, kreativitet, e-sport, musik eller noget helt andet. Man kan også prøve at snakke med venner eller familie, som måske kan hjælpe dig videre til det rigtige valg, eller man kan snakke med nogen, der allerede har gået på efterskole. Og så høre deres historie og høre, hvordan de valgte, og hvis man fortryder, så kan man bare finde ud af hvad man så vil. For eksempel kan man tage et sabbatår eller starte på en ungdomsuddannelse, eller hvis man vil kan man starte på en ny efterskole.

Årets gang på efterskolen

Oftest starter efterskoleåret med en introperiode, hvor nye elever bliver præsenteret for skolen, skolens regler og får mulighed for at lære hinanden at kende. Introperioden kan være med til at skabe tryghed og fællesskab og er god til at falde til i den nye hverdag.

Efter introperioden starter den normale hverdag på efterskolen, hvor eleverne bliver undervist i både almene fag og linjefag.

I løbet af efteråret vil der ofte være linjefagsdage sociale aktiviteter og weekendaktiviteter, der kan hjælpe med at styrke eleverne socialt og fagligt. Der er også ofte lejrture eller andre fælles ture. I december afholdes der mange gange forskellige juleaktiviteter op til jul.

Efter juleferien fortsætter undervisningen og aktiviteterne, og der er ofte mere fokus på afslutningen af skoleåret og eksamen.

Efterskoleåret afsluttes ofte med en fest eller galla, og eleverne tager afsked med hinanden.

Tvivl ved valget

Ved valget om efterskole, kan man blive usikre på om de vil afsted. Og hele valget om hvilken efterskole, kan også være rigtig svært. Grunde til at det kan være svært kan for eksempel være, at man ikke kender nogen, på den nye efterskole og kan være usikker på om man kan finde nye venner. Og om man føler sig klar til at tage hjemmefra. Når man skal vælge hvilken efterskole man vil på, så kan valgfagne/linjefagne også påvirke valget.

Interview med elever på Lystruphøve efterskole.

Elev 1.

Eleven fortæller, at hun var ude og kigge på lidt forskellige efterskoler og syntes, at Lystruphøve havde nogle gode lokaler, og at der var nogle rigtig venlige mennesker. Det var også rigtig vigtigt for hende, at der var nogle linjer, der passede til hendes interesser, og det spillede også en stor rolle, at det var en ordblindedefterskole, hvor hun kunne få den rigtige hjælp.

Elev 2.

Eleven fortæller, at hun valgte Lystruphøve Efterskole blandt andet fordi at det er en ordblindedefterskole, hvor hun kan få den rigtige støtte og hjælp. Hun er også rigtig glad for klassernes små størrelser. En anden ting der spillede en rigtig stor rolle, var linjerne der matchede hendes interesser rigtig godt.

Samlet set vælger mange ud fra om linjerne passer til deres interesser og om stemningen og miljøet føltes godt. Og for mange fylder det også rigtig meget om det er en efterskole, der kan opfylde ens behov som for eksempel ordblind og komme godt videre på en ungdomsuddannelse.



◦ FOTO: FINN FRANDBSEN

Silkeborg vil have flere til at cykle

Silkeborg ville have at 30% af borgernes daglige ture foregår på cykel.

GUSTAV KARKOV

OBJEKTIV ARTIKEL Silkeborg Kommune har valgt at gå målrettet efter at få flere til at cykle, det har de fordi at det er bedre for klimaet og folket. Lige nu foregår ca. 11 procent af ture på cykel, men Silkeborg Kommune har et mål på 30 procent inden 2030. Det ville de gøre ved at gøre det mere trygt at cykle, og nemmere at komme rundt på en cykel, som at lave nye cykelstier mm. Silkeborg går meget op i sikkerhed og tryghed rundt på cykelstierne. Silkeborg Kommune har fået cirka

15 millioner kroner til at lave nye cykelstier og ladestander. Silkeborg Kommune laver en hel masse nye cykelstier. De laver f. eks. 1,2 km cykelsti ved Silkeborgvej i Kjellerup, 1,8 km. dobbeltrettet cykelsti ved Ryvej. De mener at det er "The missing link" Det kommer til at lukke hullet mellem Silkeborg og Ry. Kommunen har også så tidligt som i juli sat 10 nye ladestander op i følgende: 2 i Kjellerup, en ved det nye trafikknudepunkt, og et ved Arena Midt. Resten er i følgende: Them, Voel, De Små Fisk i Sejs Svejlbæk, Hinge Søbad, Trail Centret i Silkeborg, Landal ved Gjern, Vråds. Adskillige rapporter viser, at hvis der er 10 procent flere, der cykler, ville det medføre 267.000 mindre sygedage, heraf 112.000 arbejdsdage.

Silkeborg kommune, danskykling

Dansk Badminton

Denmark Open

VICTOR URUP

BADMINTON Badminton Badminton Badmintonturneringen Denmark Open blev afholdt i Odense fra den 14/9-19/9. Vinderen blev den indonesiske spiller Jonatan Christie, han slog verdens nummer 1 Shi Yuqi i finalen. De kom ud i en tresætter, Shi Yuqi vandt første sæt 21-13, men både i 2. og 3. sæt vandt Jonatan Christie 21-15. De danske spillere havde ikke en vildt god turnering. Viktor Axelsen røg ud i semifinalen til Shi Yuki, det er faktisk meget stærkt når man tænker på, at han lige er kommet tilbage fra hans lange rygskade der holdte ham ude i 5 måneder, Anders Antonsen røg allerede ud i ottendedelsfinalen til

den indiske Lakshya Sen. Kampen endte 2-0. Af kvinderne var det den danske Mia Blichfeldt, der nåede længst, da hun tabte i kvartfinalen til den kinesiske Han Yue. Han Yue vandt 2-0. De danske doubler var også i aktion, det danske double par Kim Astrup og Anders Skaarup Rasmussen røg allerede ud i første runde, til den taiwanske double Chiu Hsiang-Chieh og C.L. Wang.



Shi Yu Qi (Kina) mod Jonatan Christie (Indonesien) Foto: Claus Fisker

4 BRYRUP TIDENDE



FOTO: MANU FERNANDEZ

Vingegaard vinder Vuelta a Espana

Vingegaard fejret i Holland

VICTOR URUP

VUELTA A ESPANA Vuelta a Espana

Vingegaard's hold Jumbo Visma, har valgt at fejre hans sejr i Vueltaen på holdets hovedkvarter i den hollandske by Den Bosch. Han blev fejret tirsdag den 16. september. Vingegaard slog hans nærmeste konkurrent, João Almeida, med +1:16. På 20 etape satte Vingegaard hans konkurrenter af, på den sidste stigning Puerto de Navacerrada. Han satte benene op i et højere gear på de sidste 2 km af stigningen.

Vingegaard vandt etappen og slog João Almeida med +0:22. Nummer 2 blev hans egen holdkammerat, den amerikanske Sepp Kuss, som Vingegaard slog med +0:11.

Europæisk fodbold

God start i Europa

BASTIAN LOFT

FODBOLD De to danske hold FCM og FCK, kom godt fra start efter første spillerunde. FCM mødte Sturm Graz i et vigtigt opgør om top 15 ligaer i Europa, fordi Danmark kæmper mod Østrig om top 15. FCM vandt 2-0 med et selvmål fra den tidligere OB målmand Oliver Christensen efter 7 minutter, og et mål fra Ousmane Diao i 88 minut.

FCK kom også til en fin start, da de mødte Kasper Hjulmand og Bayer Leverkusen. De fik uafgjort med stillingen 2-2.

Superligafodbold i Parken: FCK - FC Midtjylland. FC Midtjyllands Philip Billing. FOTO: JENS DRESLING

Superliga

De største transfers i superligaen op til 25/26 sæson-AGF er ustoppelige!!-Thomas Thomasberg

BASTIAN LOFT OG VICTOR URUP

FODBOLD Dansk fodbold har haft en stor sommer. Der har været mange transfers, men det vildeste er de store køb, fx. Youssoufa Moukoko, det 20 årige talent, ankom til København for 37 millioner danske kroner. Moukoko havde kæmpede sig igennem Dortmunds ungdomsrækker og fik derefter sin debut for Dortmund som kun 16 årig. Moukoko valgte så at tage til Danmark for at genopfriske sin karriere.

Michael Gregoritsch ankom også til København, bare ikke FCK, men deres største rivaler Brøndby IF.

Gregoritsch kom til Brøndby for kun 11 millioner danske kroner. Han valgte også at tage væk fra tysk fodbold, men først efter hele 13 år i Tyskland.

Den dyreste transfer mellem to Superliga klubber skete også denne sommer hvor Mads Emil Madsen som skiftede fra AGF til FCK blev solgt i en historisk stor handel for Superligaen, der involverer en transferpris på 30 millioner kroner plus bonuser, der kan øge den til 50 millioner kroner. Philip Billing valgte at tage til FC Midtjylland over FCK fordi han havde en større interesse for klubben.

AGF har valgt at ansætte Jakob Poulsen. De er ikke kommet til en god start, selvom at de først vandt i deres 4. kamp, er de nu ubesejret i 9 kampe, de ligger derfor nummer 1. De har lige slået klubrekorden, da de vandt 8 kampe i streg i Superligaen, for første gang i klubbens historie. Lige nu er stjernespilleren den

norske midtbanespiller

Kristian Arnstad, der vandt månedens spiller i september, efter at han var med til at føre AGF på den rette vej efter en lidt sløj start på sæsonen. Selvom de er flyvende, er deres måltvy, Patrick Mortensen, inde i en lang måltørke da han ikke har scoret i 7 kampe. Det er en meget lang måltørke når man tænker på han blev Superliga topscorer i sidste sæson,

da han scorede 20 mål i 32 kampe.

Midtjylland valgte at fyre Thomas Thomasberg, fordi de mente at der ikke var nok udvikling, de har ansat Mike Tullberg som de mener har nogle andre kompetencer som kan udvikle klubben. Deres ambitioner er mere succes i Europa, Mike Tullberg er på en 4 årig kontrakt i Midtjylland. Mike Tullberg er tidligere ungdomstræner i den tyske klub Borussia Dortmund, hvor han stod i spidsen for u-19 og u-23. Han

har været med til at udvikle store spillere som den nuværende FCK angriber Youssoufa Moukoko og den unge Chelsea kant Jamie Bynoe-Gittens.

Mike Tullberg er kommet til en god start i Europa, hvor han i første kamp vandt 2-0 over det Østrigske hold

Sturm Graz i Europa League. I Superligaen kom

han ikke til en særlig god start eftersom han tabte 1-0 til FC Nordsjælland.

Boldklub. Silkeborg IF er også ved at kravle op i top 6, de ligger lige nu af point med Randers FC. Efter en dårlig sæson start er Silkeborg IF på vej tilbage. I denne sæson er de store spillere Tonni Adamsen og den australske Callum McCowatt. Begge spillere har scoret 7 mål i superligaen.



Benjamin og Morten på deres rejse ud i verden FOTO: PRIVATFOTO

En sten fra hjertet

Parret Morten og Benjamin, der nåede helt til finalen i årets "Først til verdens ende", har stået over for nogle hårde og svære valg i privatlivet.

AF MAJA SIG TRANBERG

SEKSUALITET: Frygten for at tage det svære valg

Allerede i 6.-8. klasse begyndte de hver især at mærke, at de var tiltrukket af mænd. De følte, at det var meget skamfuldt. De skammede sig meget over de følelser, de nu havde, og de valgte begge at holde det inde. Det var især Morten, der valgte at holde det for sig selv i lang tid, fordi han var bange for at udtrykke sine nye følelser. "Motsat Benjamin valgte jeg ikke at lytte til følelserne og jeg pakkede dem fuldstændig væk, helt indtil jeg var 32 år, hvor jeg valgte at springe ud", fortæller Morten.

Kulturbarrierer

Nogle af grundene, til at Morten og Benjamin følte, at det var svært at springe ud, skyldtes både geografiske og kulturelle barrierer.

Der var ikke så mange, som Morten kunne spejle sig i på det tidspunkt. Han syntes heller ikke, at der var så meget åbenhed omkring

seksualitet.

Morten spillede håndbold på et ret højt niveau i Midtjylland, og der var der ingen, der var sprunget ud, som han kunne relatere sig til.

Benjamin følte også, at det var meget skamfuldt. Der var ikke nogen, han kunne se op til, spejle sig i eller relatere til, da han også boede på landet, hvor han ikke kendte nogen homoseksuelle. De eneste han kendte på det tidspunkt, var meget karikerede homoseksuelle figurer på tv.

Det var en rigtig svær periode for dem begge.

Tågen letter

De var meget bange for reaktionerne fra venner og familier. "Jeg havde bildt mig selv ind, at de ikke ville kunne lide mig længere, og at de ville synes, at jeg var ulækker", fortæller Morten.

"Jeg var bange for ikke at blive elsket af dem, jeg nu virkelig holdt af, eller hvis de nu ville se ned på mig og tænke dårligt om mig", fortæller Benjamin.

Benjamin valgte at fortælle det stille og roligt til en ven ad gangen i perioden efter gymnasiet. Heldigvis, til hans store lettelse, blev nyheden om, at han var homoseksuel, taget rigtig godt imod. Det gjorde, at Benjamin kunne blive ved med at fortælle det, først til venner og til sidst til hele familien. Følelsen, efter Benjamin havde fortalt det, beskriver han som: "Det var en sten fra

hjertet."

Benjamin havde ikke forestillet sig, at det blev modtaget på en så god måde. Benjamin fortæller også, at det har givet mange nye gode venskaber. Det at han turde at være åben, har styrket hans relationer. Han synes, at han har fået dybere venskaber, efter at han turde at sige det.

Da Morten valgte at fortælle det, var han meget nervøs, for han troede ikke, at det ville gå godt. "Jeg havde alle mulige tanker op i mit hoved, som viste sig slet ikke var sande", fortæller Morten. Til hans store overraskelse gik det rigtig godt.

Alle som Morten valgte at sige det til, var meget gode til at støtte ham og var glade på hans vegne. Han blev mødt med varme og accept af både venner og familie.

Morten følte, at det var som om alt lettede. "Det er den bedste følelse, når man vælger at springe ud, efter at have gået og holdt på så stor en hemmelighed i så lang tid"

Morten følte at han endelig kunne være sig selv.

Han skulle ikke gemme sig eller gå og lyve for sig selv eller for andre. "Det ville jeg slet ikke anbefale nogen at gøre", siger Morten, som nu er glad for at han ikke skal holde det inde længere.

Frygten for omgivelsernes reaktioner, der havde gjort valget så svært og langtrukket, blev deres eneste hindring. Frygten for hvordan det ville blive modtaget og hvordan fremtiden ville forme sig, viste sig at være ubegrundet, da det jo gik godt.

Kærligheden blomstrer

Morten og Benjamin mødte hinanden for første gang i november 2019, på en homobar i København kaldet "Masken". De havde før deres møde skrevet sammen på Instagram i noget tid. Spændingen var stor, da de endelig skulle ses i virkeligheden. Benjamin mente, at det var ligesom om alle mennesker i rummet forsvandt, da de sad sammen på baren. De syntes begge to, at det var fantastisk at se hinanden for første gang. "Vi zoomede bare totalt ind på hinanden og drak lidt øl/drinks i nogle timer", forklarede Benjamin. Morten følte, at han var meget forelsket fra det første blik, han havde på Benjamin. Morten var ikke i tvivl: "Det var virkelig nærmest kærlighed fra første blik." Der gik ikke lang tid, før kærligheden tog fart. De endte med at tage på 4-5 dates allerede den følgende uge. Benjamin og Morten flyttede sammen i februar 2020 og har været sammen i 6 år.

Gode råd til andre

Benjamin og Morten har fået mange erfaringer gennem deres rejse

med seksualitet, som de nu håber at kunne give videre. "Mit råd til andre, der har de her følelser, er egentlig, at man skal være sikker på dem, og man skal virkelig mærke efter, og hvis man har mod på det, så også prøve at dele det med nogen, fordi det er hårdt at gå med alene, og føle sig anderledes", fortæller Benjamin, der selv efter sin rejse, har lært hvor vigtig det er at være ærlig for sig selv og for andre. "Det er så befriende at føle sig set og blive grebet af nogle gode venner, eller nogen, man er tryk ved". Morten håber, at det er nemmere for folk at springe ud nu, end dengang. "Man er nødt til at acceptere det, selvom det måske ikke er det man har sat sig i hovedet, er det man har lyst til", fortæller Morten. Morten mener også at det er vigtigt at man husker at lytte til de følelser og at man bare tør at springe ud i det.

Nye valg venter for fremtiden

Benjamin og Morten har mange fremtidsdrømme. De håber begge to på at de kan blive gift, allerede til sommer. De har til december været forlovede i fire år. De vil også gerne have nogle børn på et tidspunkt, "det er selvfølgelig lidt sværere som homoseksuel par, end som heteroseksuel par, at få børn", siger Morten. Men de er allerede i gang med at undersøge mulighederne for det. Der venter mange spændende valg forude, men det sværeste og modigste valg, har de overvundet.

6 BRYRUP TIDENDE

Mad på tværs af grænser

Susannes rejse med mad

PELLE BERG CHRISTIANSEN OG
MANFRED STEENSGAARD

MAD VALG Mad valg

Mad er meget mere end bare noget, vi spiser for at blive mætte. Mad kan fortælle historier om lande, kulturer og oplevelser. For Susanne på 68 år har mad altid hængt sammen med de mange rejser, hun har været på. Gennem årene har hun oplevet mange forskellige lande og fået inspiration til sin madlavning. Jeg har spurgt hende om hendes rejser, og hvordan de har ændret hendes måde at lave mad på.

Hun fortæller, at hun var 18 år gammel, da hun tog på sin første rigtige rejse. Det var en tur til Spanien sammen med en god ven. Dengang havde hun ikke rejst før, og hun syntes, det var spændende at opleve et nyt land og en anden måde at leve på. Men det var først, da hun flyttede hjemmefra, at hun begyndte at interessere sig rigtigt for mad. Hun skulle jo pludselig selv

lave det og fandt ud af, hvor sjovt det kunne være at eksperimentere i køkkenet.

Da jeg spørger, hvordan hendes lyst til at lave mad har ændret sig på grund af rejserne, svarer hun, at det især handler om de mange indtryk, man får, når man besøger andre lande. Hun siger, at "farverne, duftene og de nye smage gjorde hende nysgerrig". Det gav hende lyst til at prøve nye opskrifter, når hun kom hjem.

Et af de valg, der har haft størst betydning for hendes madrejse, var, da hun rejste til Thailand. Hun fortæller, at hun mødte mange søde mennesker og lærte meget om deres kultur. Det var især det thailandske køkken, der fangede hende, og siden da har hun lavet rigtig meget thailandsk mad derhjemme. Hun har endda fået en thailandsk veninde, som har lært hende nogle af de traditionelle retter. Indimellem laver hun også retter fra det tyrkiske køkken, fordi hun godt kan lide de friske grøntsager og de mange krydderier.

Når hun er på ferie, spiser hun næsten altid ude i byen i stedet for

på hotellet. Hun synes, det er den bedste måde at lære et lands mad at kende på. En gang i Thailand blev der dog serveret noget mad, hun ikke kunne få sig selv til at spise.

"Det lignede små dyrs tarme", fortæller Susanne. Det værste, hun har smagt på en rejse, var østers, men det bedste var en ret, der hedder Tom Kha, som er en kokossuppe. Hvis hun skal anbefale et land til andre, der vil opleve verdens madkulturer, siger hun helt klart Thailand. Der er så meget forskelligt mad, og

det kan både være stærkt, sundt, billigt og dyrt. Hun fortæller, at de nogle gange har spist fra små gadekøkkener, hvor folk lavede mad på en grill sat fast på deres knallert. Hun og min morfar har faktisk været i Thailand omkring 21 gange. Når de er der, slapper de af, men de oplever også en masse. Hun fortæller om et besøg i et abetempel, hvor aberne var så nysgerrige, at de prøvede at tage deres solbriller og bananer fra tasken. De har også været på mange sejlture og nydt den thailandske natur.

For Susanne handler mad ikke kun om at spise. Det handler om

oplevelser, minder og mennesker. Hver gang hun laver en ret fra Thailand, kan hun næsten mærke varmen og høre lydene fra gaden i Phuket.



Foto: Susanne Berg

Fra skolebænk til kaffemark

25 årige Oscar, har læst bachelor i antropologi på Aarhus universitet og er nu i gang med en kandidat i "Human Security". Her har han læst meget om, hvor skævt klimaforandringer rammer på globalt plan. Han har nu lavet et stort kulturskift og valgte at skifte skolebænken på Moesgaard Museum ud med markerne i Uganda.

AF MAJA SIG TRANBERG OG TAU BJØRN
HENRIKSEN

VALGET OM AT REJSE TIL UGANDA

Oscar har valgt at tage på praktik i Uganda i Afrika for at finde ud af, hvad muligheden og potentialet er for træplantning i Uganda.

Derfor rejste han hele vejen ned til Uganda i Østafrika d. 1. Oktober, for at arbejde med de lokale kaffedyrkere, om at finde ud af hvordan de beskytter træerne mod den skarpe sol og de store regnskyl, der kommer. Han skal bl.a. også undersøge om indbyggerne i Uganda, overhovedet kan se fordelene i at plante træer. Oscar skal desuden også samle en del information og data til hans specialeopgave, som han skal skrive i forårssemesteret.

Klar på at gøre en positiv forskel ude i det virkelige liv

Oscar kunne også have valgt at lave sit praktik eller feltarbejde om klimaforandringer herhjemme i stedet for at rejse ud. Grunden til, at han ikke gjorde det, er, at han ikke synes at det giver mening at arbejde med det i 8 timer dagligt foran en computer hjemme i Danmark. Oscar vil hellere ud i det virkelige liv, hvor man i den grad er påvirket af klimaforandringerne: "Jeg ville ud og møde mennesker for at se og forstå, hvad de bøvler med og hvordan jeg med projektet og min viden i ryggen kan gøre en positiv forskel", forklarer Oscar. Han kunne også have valgt nogle af de andre ramte områder omkring Ækvator, som f.eks. Middelhavsområdet, Asien eller Sydamerika. Valget faldt dog på Uganda i Afrika, fordi de netop nu er i gang med et projekt omkring bønder, der bl.a. dyrker kaffeafrøder. "Kombinationen af at bo i Centralafrika, på en bjergskråning og samtidigt være kaffebonde er ikke ligefrem god, når vejrets mønster ændrer sig til det mere ekstreme", fortæller Oscar. Kaffedyrkere kan miste deres vigtigste indtægtskilde, når de ikke har muligheden for at dyrke og plante kaffe.

Kaffebøndernes udfordringer

"De største udfordringer for lokale kaffedyrkere er: 1) Sygdomme og skadedyr (primært insekter, der angriber bærene, stammen eller grenene og mindsker deres høst. Bl.a. i

byen Sipi, hvor jeg er, er det rigtig slemt. 2) For meget regn og oversvømmelser, der bl.a. fører til jordskred og nedsætter jordens kvalitet, så kaffen gror dårligere og giver færre bær at høste. 3) Økonomi - der er mange udgifter for kaffedyrkere. Den største er school fees, altså det, som man som forældre skal betale for sit barns skolegang. En offentlig skole kan for en 3 måneders periode koste omkring 5.000 danske kroner. Derudover skal man også betale for uniform og undervisningsmaterialer, som fx bøger. Der er også store udgifter til indkøb af inputs, der bl.a. er gødning og landbrugs materialer som pulpmaskiner, save, store knive/ macheter og så videre", fortæller Oscar.

Oscar har en åben tilgang til projektet og til de mennesker, han møder, og lader livet og virkeligheden dernede bestemme, hvad der er vigtigt, spændende og nødvendigt at få undersøgt. Han har allerede lavet 22 interviews med forskellige kaffedyrkere og ved nu, at skadedyr eller sygdomme er et stort problem for afgrøderne. Oscar fokuserer indtil videre især på hvordan identificerer skadedyrene og - med projekt briller på - undersøge, hvad de lokale har brug for af viden, for at kunne forebygge og bekæmpe skadedyrene.

Kommunalvalg i Danmark

Selvom Oscar lige nu er meget optaget af klimaforandringerne lokalt i Uganda, tog han fra Tirsdag d. 21

oktober til 23 oktober et par dage fri fra projektet, for at rejse med en minibus til ambassaden i hovedstaden Kampala og stemme til det kommende kommunalvalg i Danmark. Her valgte Oscar at afgive sin brevstemme til kommunalvalget i Aarhus, hvor han også dagligt bor og er politisk aktiv.

Livet hos en lokal kaffebonde

Oscar forsøger også at få et indblik i og en forståelse for hverdagslivet ved at bo hos en lokal kaffebondefamilie. Det er kun forældrene, der bor hjemme. Børnene går på kostskole i en større by i nærheden og læser på universitetet i nogle af de store byer længere væk. Både manden og konen er meget engagerede i kaffedyrkning på deres i alt 6 kaffeplantager, og de er således en kæmpe hjælp for Oscar til at forstå, hvordan tingene foregår.

Tilbage på skolebænken

Oscar skal arbejde med projektet indtil 1. december. Når han er hjemme igen på skolebænken i Aarhus, vil han bruge alt den indsamlede viden og data til at skrive speciale, om de mange ud, klimaforandringerne fører med sig på de lokale kaffemarkeder i Uganda.

Det sker i 2026

Sport i 2026

VICTOR URUP

SPORT I 2026 Wimbledon 2026
Men's EHF EURO 2026
Tour De France 2026
FIFA World Cup 2026
DM-uge 2026 i Herning
Midtjylland Cup – Mini World Cup Billund



○ Helle Frederiksen dansk triatlon vinder og svømmer FOTO: MARTIN LEHMANN

Helle Frederiksen

Triatlon vinder siger disse ting om sin karriere

BASTIAN LOFT

SPORT Da Helle Frederiksen var teenager var hun en elitesvømmer. Hun valgte at stoppe med at svømme, og blive færdig med gymnasiet. Da hun var færdig, fandt hun ud af, at der var et lokalt triatlon. Det vandt Helle. Så fik hun lyst til at være triatlet, fordi hun var god til at svømme og havde meget udholdenhed. Triatlon blev hendes job i de næste 10 år. Helle siger, at det er smart at kigge langsigtet, fordi hvis man vinder et ræs, så kunne man tænke at "nu vinder jeg også næste ræs og næste" men det kan blive et stort problem fysisk, og at det er bedre at tænke langsigtet. Helle siger, at man er nødt til at tage svære beslutninger, men når man har taget beslutningen, kan man ikke vende tilbage. Helle giver nogle gode råd til de unge, at man skal være tålmodig og aldrig give op, og det har hun skrevet en bog om. Bogen hedder Jagten på sejr, som handler om hendes karriere, og store valg.

Hvad rager det mig ?

Har kommunalvalget 2025 noget med unge at gøre, og hvorfor skulle de interessere sig for det?

KV 25 LAVET AF EMIL HJORTH MARCUSSEN

Til november 2025 skal borgerne i Silkeborg Kommune stemme til kommunalvalget. Det betyder, at byrådet skal sammensættes på ny – og de beslutninger, der bliver taget her, har stor betydning for hverdagen i både Silkeborg, Bryrup og resten af kommunen.

Mange unge tænker måske, at deres stemme ikke betyder så meget – men det gør den faktisk. Når du stemmer til kommunalvalget, er du med til at bestemme, hvordan din by skal udvikle sig, og hvad der skal prioriteres. Hvis unge ikke stemmer, er det de ældres ønsker, der kommer til at fylde mest i politikken. Din stemme kan være med til at skabe bedre transport, billigere boliger, fede fritidstilbud og mere fokus på unges trivsel. Politikerne lytter mest til dem, der deltager – så hvis du vil have indflydelse på din hverdag og fremtid, gælder det om at blive hørt.

Kommunens påvirkning

Kommunen påvirker unges liv på mange måder – den bestemmer fx, hvor gode skoler og fritidsaktiviteter der er, hvor tit busserne kører, og om der bliver bygget billige ungdomsboliger. Den tager også beslutninger om miljø og klima i lokalområdet. Alt det har direkte betydning for, hvordan det er at være ung i kommunen.

Hvad vil partierne i Bryrup?

Socialdemokratiet

Generelt: Socialdemokratiet fokuserer på velfærd, lighed og fællesskab. De vil gerne sikre gode offentlige tilbud til alle - uanset hvor i kommunen man bor.

Bryrup og skolen: Partiet vil gerne bevare Bryrup Skole som en vigtig del af lokalsamfundet. De går ind for investeringer i moderne undervisningsmiljøer og for, at elever skal have de samme muligheder – uanset postnummer.

Transport: De vil gøre det nemmere at tage bus eller cykel til skole og fritidsaktiviteter. Socialdemokratiet har tidligere talt for bedre busforbindelser til Bryrup og mere sikre cykelstier.

Venstre

Generelt: Venstre lægger vægt på frihed, økonomisk vækst og et effektivt lokalt erhvervsliv. De mener, at kommunen skal bruge pengene fornuftigt og give skoler og borgere

mere frihed til selv at træffe beslutninger.

Bryrup og skolen: Venstre vil gerne bevare Bryrup Skole, men mener også, at man skal kunne tænke nyt – fx samarbejde med andre skoler, hvis det giver bedre undervisning. De går ind for, at skolerne får mere frihed til selv at bestemme, hvordan de arbejder.

Transport: Venstre fokuserer på gode veje og sikker biltrafik. De vil se på, om Bryrup har brug for bedre vejforhold og parkering, men er mere forsigtige med at bruge penge på nye cykelstier, medmindre der er et tydeligt behov.

Radikale Venstre

Generelt: Radikale Venstre går op i uddannelse, klima og fællesskab. De mener, at kommunen skal investere i fremtiden gennem gode skoler og bæredygtig transport.

Bryrup og skolen: Partiet vil gerne styrke Bryrup Skole og give lærerne mere frihed til at undervise på den måde, der passer bedst til eleverne.

Transport: De arbejder for bedre busforbindelser og flere cykelstier, så det bliver lettere og grønnere at komme til skole og arbejde – også i Bryrup.

Enhedslisten

Generelt: Enhedslisten kæmper for lighed, grøn omstilling og en stærk offentlig sektor. De vil gerne have, at alle – uanset baggrund – får

de samme muligheder.

Bryrup og skolen: Enhedslisten støtter, at Bryrup Skole skal bevares og styrkes. De går ind for mindre klasser og flere voksne i skolen, så der er tid til alle elever.

Transport: De vil gøre bus og tog billigere – måske endda gratis for unge – og ønsker flere cykelstier i hele kommunen, også i Bryrup.

Liberal Alliance

Generelt: Liberal Alliance vil have lavere skat, mindre bureaukrati og mere frihed til den enkelte.

Bryrup og skolen: Partiet vil give skolerne mere frihed til at bestemme over økonomi og undervisning. De mener, at Bryrup Skole selv skal kunne tilpasse sig lokale behov – uden for meget indblanding fra kommunen.

Transport: De går ind for en effektiv infrastruktur, men ønsker ikke at bruge for mange offentlige midler. Private løsninger og fleksible transportformer kan ifølge dem være en del af løsningen i Bryrup.

Hvorfor betyder det noget for dig?

Selvom du måske ikke må stemme endnu, påvirker kommunalpolitikken din hverdag – både i skolen, på vejen og i fritiden. Når du om et par år står med stemmesedlen i hånden, kan det være rart at vide, hvem der kæmper for din skole, din by og din transport.

Helle Gade vejen til borgmester posten

Helle Gade

LAVET AF EMIL HJORTH, LIV KORSHØJ, SEBASTIAN RASMUSSEN OG LIVA LYDER

KOMMUNALVALG Hun har boet i Silkeborg Kommune i mange år, og hun har stor kærlighed til Silkeborg by og Silkeborgs natur.

Du kender hende nok fra kommunalvalget eller fra avisen, men det vigtigste er vel nok, at hun er Silkeborgs borgmester.

Helle Gade er nok mest kendt for sin stærke yngrepolitik. Hun har stort fokus, især på de helt små, men også de lidt ældre – altså dem, der snart skal til at stemme og få indflydelse på samfundet. Hun siger f.eks.: "Jeg vil gøre alt, der står i min magt, for at de børn, der starter skole i Silkeborg Kommune, skal få den bedst mulige skolestart."

Som hun sidder der på sit kontor øverst oppe i rådhuset og kigger stolt ud over Silkeborg Langsø og ned over springvandet og de

cyklister, bilister og andre trafikanter, får hun en følelse af glæde i kroppen – som om hun er byens "mor".

Hun er ikke kun byens mor, men også en familiemor. Hun har tre børn sammen med sin mand, Ole Gade, på henholdsvis 16, 19 og 26 år. Deres ældste datter på 26, Signe, har et multihandicap og bor på et bosted her i Silkeborg.

Helle Gade siger, at grunden til, at hun blev politiker, var, at hun i 2016 var bestyrelsesformand på Dybkær Specialskole, som er en skole i Gødvad, hvor der kun går børn med handicap.

Der var nogle politikere fra Silkeborg Byråd, der hørte hende holde en tale, hvor de bagefter kom og prikkede hende på skulderen og sagde, at hun skulle prøve at stille op til byrådet i 2017 – "for du har da meget på hjertet".

Hun var meget overrasket, da hun fik det at vide – hun er jo trods alt uddannet gartner og arbejdede som graver og kirketjener ude i Voel.

Hun tænkte længe over, hvad de sagde, men besluttede sig til sidst for, at det kunne være sjovt.

Hun stillede op til kommunalvalget i 2017 og blev valgt ind som byrådsmedlem for Socialdemokratiet.

Hun var en stor del af Silkeborgs lokalpolitik i de år, hun sad der.

Hun fik så stor indflydelse på Silkeborgs politik, at hun i 2020 blev valgt som Socialdemokratiets borgmesterkandidat i Silkeborg Kommune.

I 2021 blev hun valgt som formand for Socialudvalget i Silkeborg Kommune.

Så kom valget endelig i november 2021. Den tidligere borgmester, Steen Vindum, havde siddet som borgmester fra 2014 til 2022 – altså i otte år.

Borgerne gik til stemmeboksen tirsdag den 16. november.

Helle Gade fik 6.102 personlige stemmer, og hendes største konkurrent, Steen Vindum fra Venstre, fik "kun" 4.428.

Så Helle Gade vandt kommunalvalget i 2021 og blev indsat som

Silkeborgs borgmester den 1. januar.

Siden da har hun fået indført en masse nye tiltag – især inden for børneområdet. Hun har bl.a. fået indført et "Børneløfte", som sikrer bedre normeringer i daginstitutioner.

Lokaludvikling har også været et af hendes store fokuspunkter – altså at sikre sund vækst i lokalområdet. Hun har f.eks. udpeget årets lokalområde. Det er Helle Gade, der selv udpeger byerne, og i 2023, som var det første år, blev Thorning kåret. I 2024 blev Bryrup "Årets Lokalområde", og i år er det Hvinningdal, der er blevet kåret.

Helle Gade har også lagt stor vægt på at få unge ind i politik, så man kunne få hørt, hvad de siger, og så de kunne blive en del af de valg, der bliver taget netop dér, hvor de bor.

Helle Gade har anerkendt vigtigheden af at lytte til de unge, blive klogere på deres meninger og lade sig inspirere af deres input – for som hun selv siger: "Os, der er lidt

ældre, tror, vi er så smarte."

En af de vigtigste mærkesager har været at sikre en værdig alderdom for ældre borgere. Flere tiltag på ældreområdet er blevet indført i tæt samarbejde med byrådet.

Der er givet støtte til erhvervslivet og fritidslivet som en del af strategien om at skabe vækst i hele kommunen.

Helle Gades politiske beslutninger er helt sikkert også præget af hendes personlige liv – altså hendes handicappede datter.

Man kan mærke på hende, at hun har et stort fokus på, at bosteder skal blive mere moderne og bedre udstyret med mere personale – ikke kun bosteder for handicappede, men også bosteder og plejehjem for ældre borgere.

I 2024 blev hun genvalgt som borgmesterkandidat for Socialdemokratiet i Silkeborg Kommune, og i 2025 stiller hun igen op til kommunalvalget. Hun håber meget på at blive valgt igen, fordi hun synes, at hun ikke er færdig som Silkeborgs borgmester.

8 BRYRUP TIDENDE

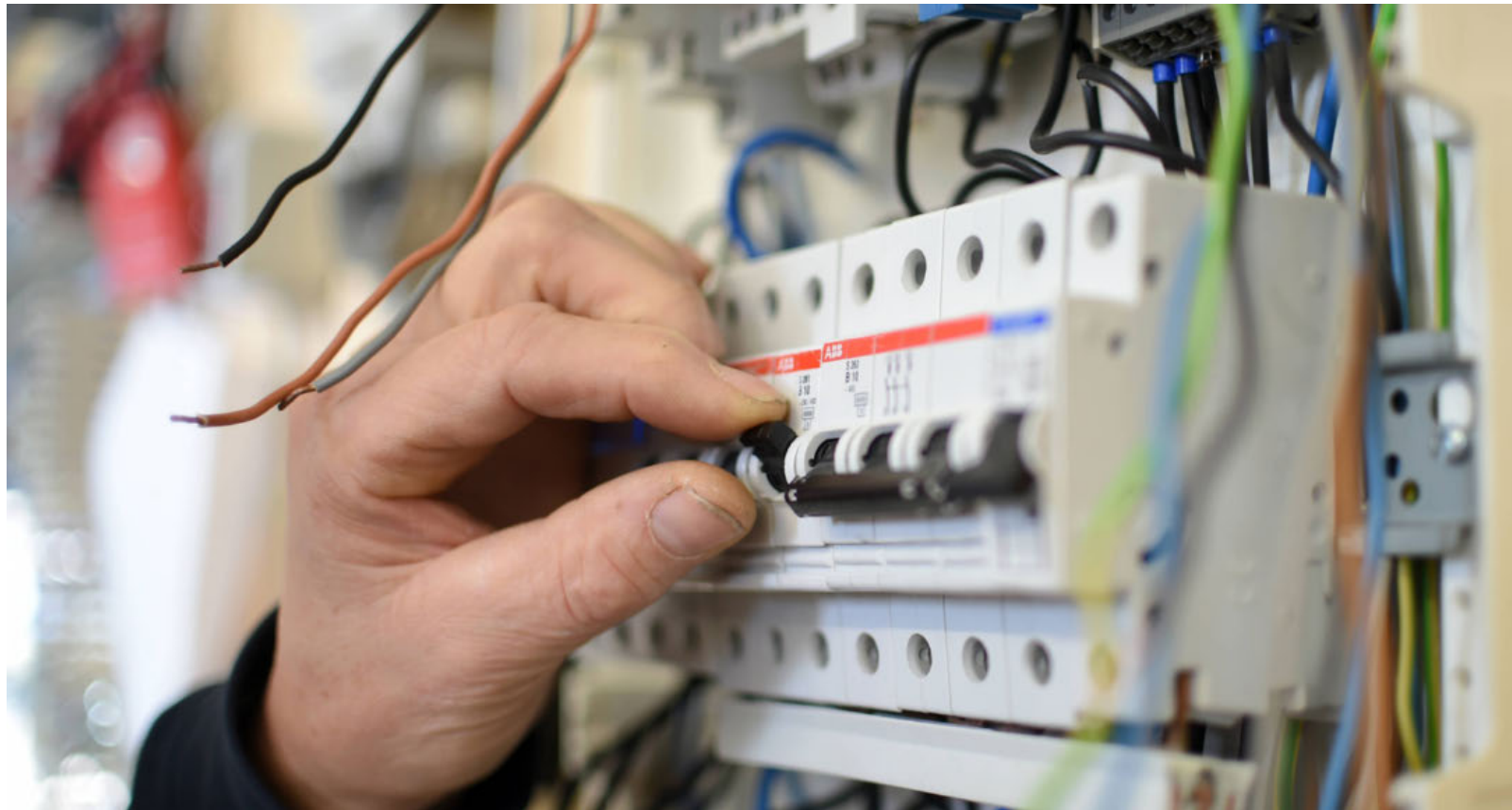


FOTO: BRITTA PEDERSEN

Danmark ville have flere til at tage en erhversuddannelse

Hvad gør man for at det sker?

GUSTAV KARKOV

ERHVERVSUDDANNELSE I Danmark mangler vi erhversuddannede. Danmark havde sat et mål om, at 30% skulle tage en erhversuddannelse inden 2025, det skete ikke. For 14. år i træk har langt de fleste danskere foretrukket at tage på gymnasiet, mange syntes at det er et kæmpe problem, fordi det betyder at når det er svært at tiltrække folk til at tage en

erhversuddannelse, mangler der elektrikere, smede, industriteknikere, og mange andre fagligheder til at udbygge og drifte den grønne omstilling. Mange mener, at det er ærgerligt, fordi at når færre unge mennesker kommer ind på arbejdsmarkedet, risikerer at nogle jobs ikke bliver besat, det skaber en rift efter de fagudlærte i branchen. Noget mange syntes der er positivt ved når du tager en erhversuddannelse er at du kan glemme alt om at være på SU i årevis, du får nemlig løn under din uddannelse, både når du er i skole eller når du er i lære i en virksomhed. Din elevløn er aftalt mellem arbejdsgivere og den faglige

organisation på arbejdet. Begynderlønnen ligger på omkring 9.500-12.500 kroner om måneden og den stiger hvert år. Nogle folk ville ikke tage en erhversuddannelse pga. lønnen men elektrikere og VVs'ere kan forvente en højere løn i løbet af en livstid end nogle akademikere, det skyldes at man kan være tidligt ude på arbejdsmarkedet og tjene en pæn løn mens man er der. En forholdsvis høj løn tidligt i voksenlivet kan også hjælpe med at starte en pensionsopsparing, bil eller bolig. Danmarks evalueringsinstitut har lavet en undersøgelse af hvorfor at folk ikke valgte en erhversuddannelse, her er udkommet:

59% sagde at andre uddannelser blev betragtet som mere spændende. 35% foretrak bare en boglig uddannelse. 20% var i tvivl om det faglige niveau på en erhversuddannelse var for lavt. Tvivl om lønnen eller arbejdsvilkårene er for lave/dårlige. Folketinget besluttede i 2021 at de ville afsætte 5 mio.kr. årligt til studievalg Danmark, til at hjælpe med at vejlede elever på gymnasier til en erhversuddannelse, det gjorde en betydelig forskel på de unge mennesker i gymnasierne.

Abort eller ej?

Er det ok?

MAGNUS KLERCKE PEDERSEN

ABORT Når man skal vælge: Skal jeg have en abort eller ej?

Valget om at få en abort kan være en meget personlig og ofte svær beslutning. For nogle handler det om livsomstændigheder som økonomi, uddannelse, familieforhold eller helbred, mens det for andre kan være et spørgsmål om, at graviditeten

ikke var planlagt, eller at man ikke føler sig klar til at blive forælder.

I Danmark er der fri abort indtil udgangen af 12. graviditetsuge. Det betyder, at en gravid person selv kan vælge at få en abort uden at skulle give en begrundelse. Efter 12. uge kan abort kun gennemføres, hvis der gives tilladelse fra en samrådsmyndighed, typisk på baggrund af særlige forhold som risiko for fosterskader, alvorlig sygdom hos den gravide, eller sociale og psykiske årsager.

Argumenter for abort

Kvindens ret til at bestemme over egen krop. Kvinden bør have ret til at træffe beslutninger om sin egen krop, inklusiv graviditet.

Sociale og økonomiske hensyn

Ikke alle har ressourcer til at opfostre et barn. Uønskede graviditeter kan føre til fattigdom, sociale problemer og dårlig livskvalitet for både mor og barn.

Argumenter imod abort

Fosterets ret til liv

Mange mener, at livet begynder ved undfangelsen, og at abort derfor tager et uskyldigt menneskeliv.

Etiske og moralske hensyn

Abort kan ses som moralsk forkert, da det aktivt afslutter et potentielt liv.

Der kan være mange grunde til, at man vælger abort. Nogle oplever, at de ikke er klar til at blive forældre på grund af alder, økonomi, karriere eller mangel på støtte fra partner eller familie. Andre kan føle, at graviditeten vil have negative konsekvenser for deres mentale eller fysiske helbred

etiskraad.dk
sundhed.dk

Valget om alkohol

Unge står overfor et valg, om de vil deltage i alkoholkulturen eller ej.

MAGNUS KLERCKE PEDERSEN

ALKOHOL At drikke alkohol er for mange unge og voksne en del af, når man er sammen med andre. Men valget om at drikke eller lade være, er et personligt valg, som kan have både sociale og helbredsmæssige konsekvenser.

Hvad ligger bag valget?

Nogle vælger at drikke alkohol, fordi det kan få dem til at føle sig mere afslappede og give en følelse af fællesskab. For mange unge kan det være svært at sige nej, hvis de føler gruppepres eller sociale forventninger. Andre vælger ikke at drikke, fordi de vil passe på deres helbred, eller fordi de ikke bryder sig om virkningen af alkohol. For nogle handler det også om religiøse eller familiemæssige værdier.

Konsekvenser

Valget om at drikke kan få fysiske og psykiske konsekvenser. Ifølge Sundhedsstyrelsen.dk kan for stort forbrug af alkohol føre til leverskader, forhøjet blodtryk, kræft og afhængighed. Samtidig kan et bevidst valg om at drikke mindre eller slet ikke drikke have positive virkninger som bedre søvn, mere energi og færre konflikter.

Regler og ansvar

I Danmark må man købe alkohol fra man er 16 år med under 6% alkohol og først fra 18 år må man købe stærkere drikke. Disse regler skal beskytte unge mod de sundhedsskader, som alkohol kan give.

Men selvom loven sætter grænser, er det stadig den enkelte persons ansvar at tænke over, hvad der føles rigtigt.

Et bevidst valg

At tage stilling til alkohol handler om at kende sig selv og sine grænser. Nogle vælger at drikke i små mængder, andre vælger helt at lade være. Det vigtigste er, at valget træffes frit og med viden om eventuelle skader.

Valg og sociale situationer

Mange unge oplever, at det kan være svært at sige nej til alkohol, når venner forventer, at man deltager. Valget om at drikke eller lade være handler derfor ikke kun om personlig vilje, men også om, hvordan man ønsker at indgå i fællesskabet. At kunne træffe sit eget valg kræver både mod og refleksion over, hvad der føles rigtigt for én selv.