



STARK! – en styrkekör

Jag känner mig stark när jag gjort nåt bra – nåt som jag är stolt över.

Jag känner mig stark när jag skyddar och hjälper nån som behöver.

Jag känner mig stark när jag klarat något som jag tycker är svårt och jobbigt.

Jag känner mig stark när jag står upp för mig själv och det som jag tror på.

Jag känner mig stark när jag tror på mig själv.

Jag känner mig stark när jag gör det som jag egentligen inte vill och vågar.

Jag vågar.

Jag vågar.

Malala är stark.

Zara Larsson.

Emma Watson.

Clara Henry.

Katniss Everdeen.

Jag känner mig inte stark – oftast svag.

Vad betyder styrka?

Hur definierar man det?

Att *inte* visa sig svag?

Nej, stark är inte att bygga upp en fasad.

Ibland är jag stark.

Jag känner mig stark varje dag.

Starkast är jag när jag försvarar nån som är svag.

Min mamma är stark. Hon är Wonder Woman.

Mamma är den starkaste jag mött.

Mamma kämpar alltid, fast hon kan va trött.

Mamma är stark.

Hon fixar det som händer.

Hon ger aldrig upp.

Hon är kärleksfull, modig och stöttar mig alltid.

Min syster är stark.

Min faster.

Min mormor.

Min bästa vän.

En tjej i mitt lag.

Hon vet sitt eget värde, hon sprider glädje.

Jag känner mig stark när jag vinner en tävling.

När jag tränar med mitt lag.

Jag är stark på gymmet.

I duschen.

På fotbollsplan.

På hästens rygg.

När jag är med vänner och känner mig trygg.

Jag är stark när jag vågar prata och öppet visa vad jag tänker och känner.

Jag är stark när jag vågar utmana mig själv.

Jag vågar.

Jag vågar.

(Alla)

JAG VÅGAR.

Pippi Långstrump är stark.

Therese Lindgren.

Freja Lindberg.

Anne Frank

Chloe Opondo.

*It takes a lot just to be yourself,
just be yourself.*

Jag känner mig stark när jag kämpar för mina drömmar.

Jag känner mig stark när jag säger emot för att något är fel.

Jag känner mig stark när jag får fram det jag vill säga och folk förstår hur jag tänker.

Linnea Claeson är urstark.

Rosa Parks.

Frida Kahlo.

Halsey är stark.

*I am not afraid anymore,
standing in the eye of the storm.*

Florence Nightingale.

Yeon-mi Park.

Jean d'Arc.

Beyoncé är stark.

Who run the world?

Girls!

Who run the world?

Girls!

Who run the world?

(Alla)

GIRLS!

Jag känner mig stark när jag inte låter någon såra mig.

Jag känner mig stark när jag är mig själv.

När jag är glad, har hopp och är positiv.

Men ibland tappar jag kraften.

Jag räddar mig själv genom att berätta för mig att jag är stark – och då blir jag stark.

Självsäker och stark.

När jag går genom skolkorridoren känner jag mig stark.

När andra är idioter känner jag mig stark.

När jag står emot tårarna känner jag mig stark.

När jag står upp för mig själv. *(Reser sig)*

När jag står upp för mig själv. *(Reser sig)*

När jag står upp för mig själv. *(Reser sig)*

På sistone har jag blivit starkare.

Jag vill känna mig starkare.

Lycklig och stark.

(Alla)

NÄR ÄR DU STARK?