



FRIES BEFORE GUYS

En aften med Nanna & Josephine

Med adskillige udsolgte events og live-indspilninger bag sig, tager Nanna og Josephine i foråret 2019 på deres første store danmarksturné med shows i de fire største byer, Aalborg, Aarhus, Odense og København. Nanna og Josephine er to kvinder, der har utroligt meget på hjerte. Tonen er som altid direkte og ærlig, og aftenen vil byde på overraskelser og nye indslag i deres velkendte univers. Deres podcast består af mere end 100 timers bandede samtaler, men nu slukker de optageren, for at se, hvad der sker, når erkendelserne og fortællingerne ikke kan redigeres eller klippes ud. Vil det lykkes dem at finde ind til den ultimative sandhed om dem selv og verden?

Nanna og Josephine er kvinderne bag samtalepodcasten Fries Before Guys. Podcasten har i skrivende stund over 3 millioner downloads. De debuterer som forfattere med deres fælles bog, EN SOM OS, der udkommer på Gyldendal i maj 2019. Igennem de seneste tre år har duoen i deres podcast og til live-events arbejdet på at skabe et sprog og en samtale om alle de udfordringer og følelser, der relaterer sig til at være ung kvinde i Danmark. De insisterer på, at vi skal kunne sige alt højt. Deres mission er at skabe et fællesskab omkring de vigtige samtaler og de inviterer altid deres lyttere helt med ind under huden. De er begge feminister, altid hudløst ærlige, og er ikke bange for at tage plads! De lider begge to af angst, har flere uddannelsesfiaskoer bag sig og er generelt mere end almindeligt bekymrede.

Sidste år viste en omfattende rapport fra Sundhedsstyrelsen, at danske kvinder mellem 16 og 24 år er den gruppe i Danmark med dårligst mentalt sundhed. Samme undersøgelse viste også, at ensomheden blandt yngre kvinder er stor.

25-årige Josephine Kuhn og 27-årige Nanna Hovgaard har været tætte veninder, siden de lærte hinanden at kende på Aalborg Gymnasium for 10 år siden. De har fulgt hinanden gennem hele gymnasiet, droppede uddannelser, afslag fra musikkonservatoriet, utallige angstanfald, forliste forhold, one-night-stands, fuck boys, ulykkelige forelskelser, brudte venskaber, adskillige dukturer, en klinisk spiseforstyrrelse, psykologhjælp, dødsfald, udlandsophold og flytninger. De startede Fries Before Guys i januar 2016 og podcasten er i dag en af danmarksmest succesfulde uafhængige podcasts.

Det siger pressen:

Politiken, 2018: "Dansk podcast om orgasmer, kropsligt selvhad og venskab er en god indsprøjtning til et liv i 20'erne. Podcasten 'Fries Before Guys' lader lytteren finde ro i sig selv med løse samtaler om alt, intet og uperfekthed"

Ud&Se, 2018. "Det er ærlig venindesnak i den populære podcast 'Fries Before Guys'. De to værter inviterer løbende folk i studiet og taler om alt fra nyfeminisme til angst og sex"

Femina, 2018. "Her er der ikke noget, der hedder sluk mikrofonen - heller ikke selv om følelserne snører halsen til eller et grineflip brager ind i øret. Der er plads til det hele, præcis som i det virkelige liv. Fries before guys er bare utroligt befriende på samme måde som en lang snak med din bedste veninde kan være det"

Alt.dk, 2017 "Krum tæer, grin og græd med Nanna og Josephine, der med ét bliver dine mest fortrolige venner"

Weekendavisen, 2017: "I en del afsnit udvikler udsendelserne sig nærmest til en feministisk basisgruppe, hvor værterne undersøger deres samfunds normer og strukturer ved at gå helt tæt på deres egne erfaringer"

DR Kultur, 2016: "De her to kvinder er skidesjove og hudløst ærlige, på en måde, der passer rigtig godt til mediet. De formår at skabe et intimt rum og når man lytter til podcasten er det som en samtale med en ven"

Det siger lytterne

Pommesfritter "Mit go-to til ethvert humør; ved nedtrykthed, sårbarhed, krise over livet, når jeg har glade fredags-feelings, når jeg har brug for inspiration, and the list goes on. Fries-damerne komplimenterer hinanden perfekt, og er bare sygt nice selskab - og ofte årsagen til jeg går og smågriner for mig selv i supermarkedet, eller på gågaden. Og som de siger - er det så bekræftende at vide, at der er nogen der whiner så meget, som man selv gør"

En fan siger tak for jer! "Elsker at høre jeres samtaler, synspunkter, oplevelser osv. Det er især inspirerende for mig, når I går retrospektivt til værks i jeres livsførelse og livserfaringer. Det er enormt givtigt at høre, at man får det anderledes med tiden, men også, hvordan I ser på jer selv med nye øjne nu. Alle råd og erfaringer modtages med kyshånd. Fan af ærlighed, kærlighed, venskab, dybde og next level refleksion over hverdagslivet på godt og ondt. Relaterer hver gang"

Følelsen af venskab "Nanna og Jose har virkelig lært mig mange ting på kort tid - men mest har de lært mig om venskab, at man ikke skal nøjes og at man skal vælge til, vælge fra og ikke mindst sige til, når der er behov! Følelsen af ikke at være alene og de to kan altid hjælpe med at holde ensomheden på afstand for en stund. Fem stjerner"

Livsændrende "Faldt over denne podcast i en meget svær periode af mit liv. Josephine og Nannas refleksioner om alt fra krop, kærlighed, venskab, retfærdighed og selvbillede har hjulpet mig uendeligt meget i en tid hvor jeg har skulle finde mig selv. De har hjulpet mig med at affinde mig med et tungt sind og med at forstå, at det også er noget, som jeg kan involvere mine medmennesker i. Det er rart at vide, at jeg ikke altid er alene om at synes at livet kan være skide hårdt."



FRIES BEFORE GUYS

Kilde: iTunes-anmeldelser

Download pressebilleder m.m. her:

<http://pdh.dk/artister/fries-before-guys>