

SVENSKA JOURNAL EN

LÄKARMISSIONENS MEDLEMS-
OCH ORGANISATIONSTIDNING
NR 1 FEBRUARI 2023 ÅRGÅNG 99

Ukraina 2018.
Årets Vänliga Vecka
är 13-19 februari.

20

Så många kronor
kostar det att ge tio barn
skollunch i Tharaka.

Vänliga Veckan



Vill du hjälpa även i framtiden?

Din testamentsgåva gör skillnad – genom en del av ditt arv lever dina goda gärningar vidare.

Det sägs ibland att vi i Sverige har svårt att tala om det här med att skriva testamente. Kanske för att det indirekt blir en påminnelse om att vi alla en gång ska lämna jordelivet. Och för att det handlar om våra pengar och andra ekonomiska tillgångar.

Men att skriva sitt testamente är varken märkvärdigt eller konstigt. Det är helt enkelt ett papper där vi talar om vad vi vill ska hända med de ägodelar vi lämnar efter oss.

Det är helt frivilligt att skriva testamente, och den som ångrar sig kan bara riva sönder det, så är det ur världen.

Ring oss på telefon 08-620 02 00 om du har frågor kring gåvor och testamenten eller vill beställa vår testamentsmapp. Läs mer på lakarmissionen.se



HEJ!

VÄLKOMMEN TILL SVENSKA JOURNALEN NR 1, 2023



Det finns trots allt hopp om världen

”Är Sverige nära Ukraina” frågade en man jag pratade med i Kenya och uttryckte sin medkänsla i deras svåra situation. Och jag fick den där känslan av svindel som jag ofta får när människor visar sig vara större än jag förväntar mig. För jag hade kunnat tänka mig att han hade nog med sitt. Jag var i Kenya för att besöka ett skollunchprogram i Tharaka som är ett område där väldigt många är väldigt hungriga. Det har inte regnat som det ska på flera år och matpriser stiger och marginalerna till hungersnöd är inte stora. Men ändå gällde frågan människor på andra sidan jordklotet, som drabbats av ett krig.

”En stor del av Läkarmissionens verksamhet beror på dig och andra som ger troget för att hjälpa människor långt borta.”

Hans engagemang borde inte förvåna mig. En stor del av Läkarmissionens verksamhet beror på dig och andra som ger troget för att hjälpa människor långt borta. Men vi har det ändå ekonomiskt bättre i ett större perspektiv. Det

finns människor i Sverige med extremt tuffa ekonomiska omständigheter som inte har något över. Men det riktigt fattiga är ändå mer vanligt där och ändå orkade han ta in nöd någon annanstans.

När jag drabbas av den där svindeln inser jag att jag inte ska tro och tänka för litet om människan. Vi har så mycket gott i oss: omtanke om andra, en vilja att göra rätt och bidra till sådant som blir bra. Därför finns det hopp om världen.

EVA NORDENSTAM VON DELWIG
KOMMUNIKATIONSANSVARIG PÅ LÄKARMISSIONEN



FOTO: MAGNUS WESTERBORN

Ellen fann nytt hopp i kärleken. Sid 12



FOTO: PRIVAT

Kören skänkte körkassan till Ukraina. Sid 24



FOTO: ANNA LEDIN WIHÉN

Mukwege talade i Storkyrkan. Sid 16

- 04 Närmare 55 miljoner till barn på flykt via Musikhjälpen.
- 05 Njut av vårkonsert och bidra till en bättre värld.
- 06 Hjälpen från Sverige nådde barnen i Ukraina.
- 07 **Josephine Sundqvist:** Mukweges vårdmodell och holistiska arbetsmetoder inspirerar andra initiativ världen över.
- 08 Skolmat i Kenya ger livsmod och hopp om överlevnad.
- 18 Vänlighet kan komma i många former under årets snällaste vecka.
- 22 IT-anställda ger av lönen till utsatta kvinnor.
- 28 Nina Campioni: Hej! Detta lilla, lilla ord som rymmer så otroligt mycket.



Läkarmissionen grundades i Sverige år 1958 och är idag en internationell biståndsorganisation som leds från det globala kontoret i Vällingby, Stockholm. Vi arbetar med långsiktiga hjälpinsatser för fattigdomsbekämpning, med fokus på social och ekonomisk rättvisa, hälsa, utbildning, vatten och sanitet. Vi gör också akuta humanitära insatser. Insatserna görs främst i Afrika men även i Latinamerika och östra Europa. Arbetet bedrivs med hjälp av gåvor från svenska privatpersoner och institutionellt stöd. Läs mer på lakarmissionen.se.



Vänliga Veckan börjar den 13 februari.

Foto: Oscar Salén

28

latriner i veckan grävdes eller restaurerades under 2020, tack vare Läkarmissionens givare.



FOTO: HÅKAN FLANK

39

nya brunnar borrades i Niger under 2020.

15

tusen människor beräknas kunna använda de nyborrade brunnarna i Niger.



FOTO: LÄKARMISSIONEN

54,5 miljoner samlades in till Musikhjälpen

Årets tema: För en tryggare barndom på flykt från krig.

I december var Läkarmissionen på plats i Göteborg för att delta i Musikhjälpens nationella direktsändning.

”De här barnen i Tchad och Sydsudan är helt bortglömda.

De tillhör en extremt marginaliserad och utsatt grupp. De har varken tillgång till vatten, utbildning eller hälsa och eftersom de inte ens syns i statistiken kan vi inte heller förstå hur utbredd



FOTO: LÄKARMISSIONEN

Josephine Sundqvist, generalsekreterare på Läkarmissionen och Christophe Sacko, regionchef Västafrika pratade om barn med funktionsnedsättningar som flyr krig och konflikt i Tchad och Sydsudan.

problemet är. Vi måste synliggöra de här barnen och ge dem extra stöd – det är prio ett!”, säger Josephine Sundqvist.

Musikhjälpen hjälper i katastrofer

Musikhjälpen är ett insamlingsevenemang som funnits i Sverige sedan 2008. I 144 timmar direktsänds musik

dygnet runt i P3 och i SVT/SVT Play för att tillsammans med Radiohjälpen på olika vis uppmärksamma och

samla in pengar till en undanskymd mänsklig katastrof. Det är ett nytt tema i Musikhjälpen varje år.



Håll utkik efter våra konserter

Under 2022 har Läkarmissionen mött 6 700 personer i olika konserter i hela Sveriges land, från små dagsamlingar till stora körevent med kända artister.

– Det har varit ett fantastiskt roligt år! Vi har haft goda samarbeten med våra duktiga och hängivna artister, musiker och kyrkor. Att möta både gamla och nya givare är så givande, säger Anna Olofsson som ansvarar för konsertverksamheten. Nu laddar vi alltså för ett



Anna Olofsson ansvarar för Läkarmissionens konsertverksamhet.

nytt år. Håll gärna utkik efter våra konserter på lakarmissionen.se eller kontakta Anna på anna.olofsson@lakarmissionen.se om du vill besöka eller boka en konsert med Läkarmissionen.



FOTO: LÄKARMISSIONEN

Ellen Kjellgren (se intervju på sid 12) och Charity Resian medverkade i panelsamtalen.

Dagar av folkbildning och mänsklig rätt

Läkarmissionen deltog på Mänskliga Rättighetsdagarna, MR-dagarna i Örebro den 17 och 18 november. Dagar av folkbildning, möten, opinionskapande och intressanta samtal kring mänskliga rättigheter.

I vår monter träffade vi både trogna givare och människor som inte var lika förtrogna med vår verksamhet som vi kunde berätta mer för.

Vi höll tre seminarier där vi bland annat talade om kvinnors rättigheter.

Ellen Kjellgren (intervjuad i detta nummer) och Charity Resian (intervjuad i Svenska Journalen 4/21) uppmanade alla kvinnor som utsatts för våld att berätta. Som Charity Resian sa ”Det finns en fara i den enskilda berättelsen.” Hon menar att den enskilda berättelsen kan bortförklaras och bagatelliseras men om fler berättelser som liknar varandra kommer fram, då skapas en samstämmighet, en stark kraft som kan bidra till förändring.

”Största delen av en god mans liv är hans små, namnlösa icke ihågkomna handlingar av vänlighet och kärlek.”

William Wordsworth, engelsk författare 1770-1850



ILLUSTRATION: LOUISE WINBLAD

Årets Vänliga Veckan har temat ”Var vänlig mot någon som inte förväntar sig det”.

En vecka av vänlighet sedan 1946

Vänliga Veckan startade 1946 med att eldsjälens Harry Lindquist läste en insändare i en tidning. En trafikräknare berättade att han under sitt pass hade sett 27 människor som log eller såg nöjda ut, medan 8 569 såg ut som om de var på väg till en begravning. Därför startade Harry Lindquist Vänliga Veckan med vänlighet i trafiken, på

arbetet och i hemmet som ledord. Harry Lindquist grundade också Läkarmissionen, och det är därför vi hänger ihop. Varje vecka har ett specialtema. I år är temat: ”Var vänlig mot någon som inte förväntar sig det”.

Årets Vänliga Vecka är 13-19 februari. Ös på med extra vänlighet!

”Vi försöker att inte låta allt handla om kriget”

Taras Kobryn leder hjälp- arbetet på Children Care Center i Lviv.

För ett år sedan såg Läkar- missionens stöd till Ukraina annorlunda ut. Då handlade det om att stötta Children Care Center, CCC, dit barn som lever i utsatthet får komma efter skolan och få middag, läxhjälp och möjlig- het att duscha och tvätta kläder.

Arbetet på CCC har Läkar- missionen stöttat länge, och

många barn har återvänt som volontärer på centret när de blivit äldre och tjänar i dag som föredömen för de yngre. Taras Kobryn leder arbetet som har utökats sedan Ryssland invaderade landet.

– Om jag sa att jag mådde bra skulle jag inte tala san- ning. Men vi försöker att inte låta allt handla om kriget. Barnen får komma hit och



Matlagning blev en utmaning när elen slogs ut i Ukraina.

FOTO: PRIVAT

FOTO: OSGAR SALEN

Din hjälp gör skillnad

Tack vare Lä- karmissionens givare har både människor som flytt från Ukraina

och de som är kvar fått hjälp. Mat, kläder, ved och filter är något av det som ni bi-

dragit till. De mat- kassar som delas ut är mycket uppskattade. Vill du stötta Ukraina swisha till 90 00 217 och skriv ”Ukraina”.

ha verksamhet som vanligt, säger han.

Ett skyddsrum har utrustats och det har varit en stor verksamhet när det gäller mat under det senaste året. Matkassar har delats ut, både till flyktingar och andra familjer som behöver. Långa tider har Taras sovit på centret eftersom det blivit en plats dit internflyktingar kommer.

– De har knackat på för att få mat och någonstans att sova, berättar Taras.

Precis innan jul fick vi en önskelista från Taras.

ENERGIFÖRSÖRJNINGEN i Lviv hade blivit mycket osä- ker eftersom Ryssland hade bombat energianläggningar och slagit ut stora delar av Ukrainas elnät. Strömav- brotten var många och långa, och vintern är kall. Alla

”Vi människor mår inte bra i själen av att gå runt och hata.”



Taras Kobryn.

önsknings hand- lade om hur man kan få mat och värme utan el. Från en gene- rator som går att driva med bensin eller diesel, till filter, fotogenlampor, powerbanks som man kan ladda mobiltelefoner med, batterier av olika slag, och ved.

LÄKARMISSIONENS givare gav omedelbar respons och Taras kunde köpa allt på sin lista. Och de kunde dess- utom göra en extra matut- delning innan jul. Taras är tacksam till Läkarmissio- nens givare och även för de perioder i Lviv som är lugna och utan missiler. Men i grunden önskar han som alla andra att det ska bli fred.

– **IBLAND KÄNNER** jag hat i den här situationen, men då försöker jag be och bearbeta den känslan. För vi männi- skor mår inte bra i själen av att gå runt och hata, säger Taras.

Tack alla ni som bidra- git till insamlingarna till Ukraina!



FOTO: PRIVAT

Nasteas familj är några av de 400 000 ukrainare som tog sin tillflykt till Europas fattigaste land, Moldavien.

Feghetas familj förlorade allt

Nastea: Att vara flykting är en fruktansvärd erfarenhet.

I Nasteas familj drömmer alla om att återvända till Ukraina, till sitt hus, sin stad, sina vän- ner och sitt gamla liv.

– Allra mest önskar jag mig ett varmt hus utan strömav- brott, säger Nastea 11 år.

Hon och hennes familj flydde kriget i Ukraina i mars och bor sedan dess i staden Purcari i Moldavien.

Läkarmissionens givare har stöttat flyktingar från Ukraina, både i Rumänien och Moldavien, både på se- nare tid och via akuta insatser med matpaket när flykting- strömmarna var som störst i början av kriget. De medel som kommit in har gått till kläder, mat, skor och medici- ner till familjerna. Vår sam- arbetspartner Liv och Ljus ordnade också en språkskola för 15 barn under sommaren

så att barnen kunde börja i en moldavisk skola i höstas.

Men många ukrainare har sedan blivit kvar i Rumä- nien och Moldavien utan någonstans att ta vägen. Moldavien är Europas fat- tigaste land, ändå har de tagit emot 400 000 flyktingar från Ukraina sedan februari. 100 000 beräknas vara kvar i landet.

– Att vara flykting är en fruktansvärd erfarenhet som jag inte önskar någon, säger Fegheta, pappa till Nastea.

– Vi har förlorat nästan allt. Våra släktingar, våra hem och allt vi har jobbat för ett helt liv och det är svårt att känna sig glad. Tack vare hjälpen från Läkarmissionen har vi ändå kunnat överleva och klara oss här i Molda- vien, säger Fegheta.

Kvinnors styrka

När denna krönika skrivs är nobelpristagare Denis Mukwege på Sverigesbesök. I fokus för besöket är hans nyutgivna bok ”Kvin- nors styrka: vad jag lärt mig av kampen på det sexuella våldets frontlinje”. Det som är slående när man spenderar tid med Mukwege är alla de starka kvinnliga röster som han så tydligt lyfter fram. Dessa kvinnor är inte statistik utan individer med personliga berättelser om hur de överlevt brutalt sexuellt våld. Det är styrkan hos de kvinnor han vårdar som motiverar och driver honom. Mukwege skulle mycket väl i sin nya bok kunna sätta sin egen globala expertis i fokus som världsledande expert på behandling av våldtäktsrelaterade skador, men han väljer en annan väg och lyfter kvinnorna. I ett alltmer individualiserat och självcentrerat samhällsklimat är det befriande med detta livsmotto, att sätta andra i första rummet och visa på utsatta kvinnors inneboende styrka.

För mig personligen är Denis Mukwege en stor före- bild och en helt unik förändringsagent som använder all sin kraft till att stå på de mest utsatta kvinnornas sida. Han ser sitt jobb som ett kall och trots dödshot så ger han aldrig upp. Mitt eget engagemang för att stödja överlevare av sexuellt våld är både sprunget ur

”Det som är slående när man spenderar tid med Mukwege är alla de starka kvinnliga röster som han så tydligt lyfter fram.”

mina erfarenheter från barndomen i Kongo och från alla de kvinnor jag personligen mött under alla de år jag verkat i re- gionen som fältrepresen- tant, utvecklingsforskare och biståndschef. Redan från start så var Läkar- missionens givare med

och möjliggjorde verksamheten. Allt började faktiskt med ett enskilt stöd till Denis Mukweges läkarutbild- ning. Vi har därefter funnits med både i tuffa tider och i tider av framgång, som när Mukwege 2018 fick Nobels fredspris. I dag har vi utökat Läkarmissionens engagemang bortom Panzi till fler sjukhus i Kongo som till exempel Kyesherosjukhuset i Goma där vi arbetar aktivt för att etablera den personcentrerade holistiska vårdmodellen. Vi har utvecklat ett nära partnerskap med det svenska IT-företaget Atea och många av er läsare har genom enskilda gåvor möjliggjort denna utvecklingsresa.

Mukweges vårdmodell och ho- listiska arbetsmetoder inspirerar andra initiativ världen över, inte minst i krigets Ukraina där kvin- nor nu utsätts för sexuellt våld i konflikt. Låt oss tillsam- mans fortsätta att stödja Mukweges kamp för alla kvinnors rätt!

JOSEPHINE SUNDQVIST
GENERALSEKRETERARE
PÅ LÄKARMISSIONEN



SKOLMAT SOM GER HOPP

I Tharaka, Kenya, får tiotusentals elever skolmat varje dag tack vare ett program som Läkarmissionen stöttar.

– Det är inte bara maten i sig som är viktig utan den gör också något för självkänslan. Barnen känner att de är värda att få äta. Det skapar hopp, säger Kenneth Mugenci, rektor på en av skolorna som får skollunch.

TEXT: EVA NORDENSTAM VON DELWIG
FOTO: DORIS ARONSSON OCH LÄKARMISSIONEN



K

limatet är ogästvänligt, varmt och torrt. Flodfårorna är uttorkade. Utan bevattning växer ingenting på fälten. Det har inte regnat som det ska på flera år i Tharaka. Även här påverkas människorna av kriget i Ukraina vilket gör att priserna på vissa matvaror har stigit. Samtidigt minskar biståndet och koncentreras till Ukraina. Det innebär att det blir mindre pengar i andra delar av världen. Läkarmissionens skolluncher ger mat till 37 olika skolor i området. Det påverkar inte bara barnen själva, utan hela familjerna.

– Att barnen får skolmat ger ett visst lugn för mig också. Jag har inte mat till familjen alla dagar men den mat vi har måste jag dela upp rättvist. Jag tar ändå hänsyn till att storasyskonen går i skolan och får mat medan småsyskonen inte har den möjligheten, säger Julia Kirgi.

JULIA ÄR MORMOR till fyra barnbarn som hon tar hand om på heltid. Barnens föräldrar har gett sig av. Familjen bor med jordgolv, utan elektricitet och lagar mat utomhus. Närmaste ställe att hämta vatten ligger över två kilometer bort. Julia har levt hela sitt liv i Tharaka och levnadsstandarden har varit högre än nu. De senaste åren har situationen förvärrats.

– Något har hänt med klimatet. Förut regnade det två perioder varje år, men nu är det inte så längre. Det går inte att odla utan vatten. Allt är beroende av regnet, säger hon.

När vi möter Julia efter barnbarnens skoldag har hon några deciliter gryn med sig i en påse. Det var det pengarna räckte till och det blir gröt till middag.

– Men ofta lägger vi oss hungriga, säger Julia.

SKOLLUNCHEN SOM barnen får är samma mat varje dag: Majs och bönor. Det är det billigaste. Man har inte råd att variera skolmaten, då måste de dra ner på antalet skolor och i detta akuta läge vill man inte det. Ingen får ta om.

– Det är så många familjer som inte klarar försörjningen och barnen kommer hungriga till skolan och får ingen middag när de kommer hem, säger rektor Kenneth Mugenci.

Han märker dock att skolluncherna

har förändrat vardagen. Förut var det många barn som inte kom till skolan, de försökte hitta jobb eller något att äta. Nu kommer i princip alla. Erik 14 år, är en av eleverna som har kommit tillbaka till skolan på grund av skolmaten. Tidigare försökte han hitta jobb om dagarna. Han känner ett stort ansvar för sina sex småsyskon.

– Jag går upp fem på morgonen och om det finns något att äta gör jag frukost åt oss. Vi går till skolan halv sju. När skolan är slut går vi gemensamt hem och på kvällen förbereder jag middag om det finns något att äta. Sen gör vi



Julia har bott i Tharaka i hela sitt liv och märker att klimatet har förändrats. För tio år sen var levnadsstandarden högre. Nu oroar hon sig för sina barnbarns framtid.



Friskare barn och bättre skolresultat är tydliga effekter av skolmatsprojektet.



Syskonen Titus och Aohippy är vana att vara hungriga, i alla fall på helgerna.



"Barnen tycker om min mat och det är roligt när de kommer och äter", säger Lucy som arbetar som kock.

läxor och kollar att våra skoluniformer är rena, säger han.

Pappan har lämnat familjen. Mamma Joyse Kmabura kan själv inte läsa och skriva. Hon jobbar på fältet men det ger inte tillräckligt med inkomst. Dagen när vi träffas blir familjen utan middag. På helgerna är familjen ofta hungrig. De går till en kyrka på söndagen som ibland delar ut mat. Annars ser barnen fram mot måndagen och skollunchen. Syskonen räknar med att vara hungriga under sin barndom. Sen hoppas de på förändring.

– Jag vill att mina barn ska få utbild-

ning. Det är det enda som kan göra riktigt skillnad framåt, säger mamma Joyse.

SKOLRESULTATEN ÄR bättre på skolorna som är med i programmet. Det märks på de nationella proven. Barnen är friskare och orkar koncentrera sig längre. Och precis alla vuxna jag pratar med om framtiden säger samma sak, att utbildning är hoppet framåt.

– Jag fick sluta skolan som 10-åring och gifta mig. Min dröm är att mina barnbarn ska få utbildning och få ett bättre liv, säger mormor Julia.

Erik vet inte vad han vill jobba med

sen. Men han vet att han vill ha ett jobb där man tjänar mycket pengar. När jag frågar vad han skulle göra om han hade mycket pengar så säger han samma sak som alla andra barn jag pratar med. De skulle köpa mat och land där de kan odla. Nästan allt här i Tharaka handlar om mat och att säkerställa att kunna äta sig mätt. Och när jag frågar barnen om de har någon favoriträtt svarar alla samma sak: Majs och bönor.

En skollunch med majs och bönor kostar 2 kronor. Swisha till 90 00 217 och skriv "mat" om du vill bidra.



ELLEN ÄR EN ÖVERLEVARE

Ellen Kjellgren har överlevt trauman, övergrepp, dödshot och en farlig flykt från Etiopien. Men i stället för att helt slå ner henne, väckte det en vilja att kämpa mer. För andra.

– Jag är en överlevare som aldrig ger upp, säger Ellen.

TEXT: THERESE HEDLUND / FOTO: MAGNUS WESTERBORN

A

tt få ta del av en människas vindlande livsvägar är något enastående. Att sen rikta in fokus på en liten del och få ner det på papper kan vara en utmaning som skribent, som i mötet med Ellen Kjellgren, född och uppvuxen i Addis Abeba i Etiopien.

När vi ses utstrålar hon ett stort lugn, men hennes livshistoria skulle kunna bli en gastkramande tv-serie. Som 15-åring slängdes hon ut på gatan av sina föräldrar för sin tros skull. Hon har överlevt två traumatiska våldtäkter som begicks under hennes tonår. Innan hon ens fyllt 30 dödshotades hon av regimen, tvingades fly, blev hotad och sen eftersökt av en mördare på asylboendet i Sverige. Listan kan göras längre, men rymmer även kärlek, nystart och den gudsupplevelse hon gjorde som

15-åring, som enligt Ellen är grunden till att hon överlevt.

– Det blev en vändpunkt för mig. Gud planterade mod i mig då. Efter det har mitt liv varit överlevarens, att falla men hela tiden resa mig igen. Hade jag inte haft min tro hade jag aldrig levt i dag, säger hon.

ELLEN BOR i Örebro med sin man Fredrik, deras gemensamma dotter Esther, Ellens son Christian och Fredriks två vuxna barn. Men resan hit har inte varit lätt.

Fredrik, som sitter med under intervjun, har länge önskat att Ellen ska dela sin historia för att hjälpa andra, så när frågan kom om att medverka ihop med Läkarmissionen på Mänskliga Rättighetsdagarna i Örebro i november, sa Ellen ja. I samband med det spelades en film in som lades upp på Läkarmissionens instagram, där hon för första gången berättar offentligt om det sexuella våld hon utsattes för som 14-åring, när hon överfölls av en taxichaufför i Addis Abeba. Ett trauma hon inte berättade om för någon, inte ens sin familj.

SAMTIDIGT SOM SÅREN i själen gömdes växte drivkraften att vilja förändra för andra utsatta. Under gymnasiet engagerade sig Ellen politiskt inom den oppositionella grupp som ville få bort de styrande i landet. Det resulterade i att hon hamnade i fängelse.

– Där blev jag våldtagen igen av säkerhetsvakterna. De torterade fångarna där, och ett sätt var via sexuellt våld, berättar Ellen.

Även dessa hemiska upplevelser tryckte hon bort. Ellen insåg att hon var



ELLEN KJELLGREN

Ålder: 35 år

Bor: Örebro

Familj: Maken Fredrik, två barn, två bonusbarn och två katter.

Gör: Före detta journalist och politiker. Jobbar på studieförbundet Bilda med integration. Studerar språk, retorik och kommunikativt ledarskap vid Örebro universitet.

Drömmer om: Att åter få arbeta med kvinnors och barns rättigheter i Etiopien. I dag är det inte säkert att återvända. Men kanske hittar hon andra vägar för att bidra positivt.

INTERVJU: ELLEN KJELLGREN

tvungen att vara stark för att överleva. Hon kom in på universitet, började studera journalistik och valde sedan att fokusera på kvinnors rättigheter.

UNDER ÅREN SOM följde gjorde Ellen kometkarriär som vicepresident för den politiska organisationen Women's League samt som rådgivare på Women's Affairs Office som arbetar för att stärka kvinnors position i det etiopiska samhället. Hon åstadkom mycket under sina år i maktens korridorer och blev en känd, efterfrågad profil i kampen för mänskliga rättigheter och jämlikhet. För att klara livet i Etiopien behöver man dock foga sig, men att gå emot sina ideal var inte Ellens väg, vilket höll på att kosta henne livet.

– Bara att jobba inom myndigheterna var riskfyllt. De jag jobbade med bar vapen, men jag ville stå för något annat, säger Ellen.

I flera år levde hon ett prestigefyllt liv på regeringsnivå med chaufför, kokerska, städerska och assistenter. Hon gjorde sitt jobb men verkade i det tysta mot det korrupta, maktfullkomliga styret.

Men när hon 2014 fick veta att hennes liv var i fara tvingades hon fly. Hon hade tagit ställning för sina ideal och vägrat ljuga. Som straff krävdes att hon skulle vittna falskt mot ovetande oppositionspolitiker.

– Jag visste att jag inte kunde leva med mig själv om jag fick dem att hamna i fängelse, och om jag inte vittnade skulle jag dö, berättar Ellen.

SÅ MED EN DAGS VARSEL lämnade hon sitt privilegierade liv och sin son, för att i stället hamna på ett asylboende i Sverige med 71 kronor per dag att leva av. Hon som var en känd tv-personlighet kom till en plats där hon inte kände någon, inte kunde språket och utan någonstans att ta vägen. De trauman hon tryckt undan började också bubbla upp till ytan.

– Jag mådde väldigt dåligt och hade fått offra mycket. Det var så svårt att jag till och med funderade på att ta mitt liv, berättar Ellen.

Det var i den här vevan hon mötte

Fredrik, först som en vän. Men när Ellen förstod att de som velat döda henne i Etiopien skickat en man i Sverige för att ta hennes liv så var det honom hon ringde. Fredrik hjälpte henne att hitta en familj där hon kunde vara trygg. Under den tiden utvecklades även deras relation till mer än bara vänskap.

OM VI NU SNABBSPOLAR fram till i dag och det familjeliv hon nu lever, så är det svårt att ta in allt det Ellen berättar.

Vilken är den största skillnaden mellan kvinnan som flydde och den Ellen jag möter i dag?

– Jag vet vem jag är i dag. Jag har gått i traumaterapi och lärt mig sätta gränser, men har även jobbat med minnet efter min andra våldtäkt som gjorde mig misstänksam och rädd för polis, myndigheter och män. Jag visste att mina erfarenheter hade format mig men hade ingen insikt i hur min rädsla och mina sår faktiskt hade hjälpt mig. Att de drivit mig framåt och fått mig att vilja förändra saker.

– Än i dag kan mina trauman triggas av saker som händer, men nu vill jag att det jag gör ska komma ur kärlek och frid. Jag vill ge det till andra, för jag har själv fått det.

– Ingenting skrämmer mig längre, inget kan stoppa mig. Jag är orubblig i dag, säger Ellen och ler.

I sitt hemland var hon van att använda sin röst för att förändra samhället i positiv riktning. Hennes dröm är nu att få möjlighet här i Sverige att bistå i mötet mellan utrikesfödda och svenska myndigheter.

– Det finns ett glapp mellan hur myndigheterna arbetar och den kultur

”Ingenting skrämmer mig längre, inget kan stoppa mig. Jag är orubblig i dag.”

många kommer ifrån. Jag vill överbrygga den och arbeta med utrikesfödda barns och kvinnors rättigheter i Sverige. Jag möter hela tiden människor som kämpar och jag har en förmåga att nå dem. Jag blir en trygg plats där de kan öppna upp och berätta om hur de har det.

En del av dem hon hittills hjälpt har hon mött via sitt arbete på studieförbundet Bilda där hon utbildar utrikesfödda i föräldraskap, vardagssvenska och i konsekvenserna kring könsstympning. Hennes bakgrund gör henne till ett ankare för många.

– Mina öron är alltid öppna för vad människor har att berätta, säger Ellen.

FREDRIK BERÄTTAR om trebarnsmamman från Ukraina som bodde i en lägenhet som saknade allt. Då startade Ellen en insamling via kyrkan och vips kom två lass med möbler och annat som familjen behövde. Han berättar om kvinnan som Ellen hjälpte från en våldsam man som övervakade henne. Ellen höll i kontakten med polis och sociala myndigheter och planerade hur flykten skulle gå till.

– Jag har många sådana exempel och det är så jag vill jobba. Jag vill vara en bro mellan de här kvinnorna, myndigheter, kyrkor och andra. Och jag vill ge av det hopp som jag har fått.

Fredrik nickar.

– Ibland känns det som om vi driver en biståndsorganisation här hemma. Vi handlar på second hand och samlar in sådant som vi förmedlar. Det är väldigt spännande att få vara med på den här resan. Jag har ju följt hur du kom till Sverige, kampen för uppehållstillstånd och den tuffa tiden när vi försökte få hit din son men fick två avslag. Ändå bryr du dig om andra och fixar för dem som har det värst. Jag beundrar dig för det, säger Fredrik.

Ellens drömmar inför framtiden förtjänar nästan en artikel i sig. Men att hon är där hon är i dag ser hon som en del av det kall som vilar över hennes liv.

– Det finns en tanke med att jag är här och varför jag har överlevt allt jag varit med om.



NOBELPRISTAGAREN
DENIS MUKWEGE



Storkyrkan var fullsatt då Maria Bard från Läkarmissionen ledde boksamtalet med doktor Mukwege.

FOTO: ANNA LEDIN WIRÉN

FULLSATT NÄR DENIS MUKWEGE BERÄTTADE OM SITT LIV

I början av 2023 var doktor Denis Mukwege i Sverige. Läkarmissionen arrangerade då ett event i Storkyrkan i Stockholm, tillsammans med bokförlaget Volante, som har gett ut Mukweges bok "Kvinnor styrka".

Maria Bard från Läkarmissionen ledde ett boksamtal med doktor Mukwege om hans livsgärning, att lyfta kvinnor som utsatts för sexuellt våld i konflikt.

Storkyrkan var fullsatt och Tensta Gospel Choir sjöng med Timbuktu som gästartist. Det bjöds även på estradpoesi av Antonia Eriksson.

Efter boksamtalet var det mingel på Nobelmuséet strax intill Storkyrkan.

Denis Mukwege tog emot Nobels Fredspris 2018 och det är kotym att alla nobelpristagare ska lämna något personligt föremål till muséet. Nu var det dr Mukweges tur och han lämnade bland annat en läkarrock och ett instrument för att lyssna på hjärtljud.

Läkarmissionens givare har varit med sedan starten av Panzsjukhuset och vi vill därför passa på att säga ett extra TACK till alla er som faktiskt har varit med och bidragit till att tusentals kvinnor fått vård och upprättelse. Ni har också möjliggjort ett Nobelpris.
EVA NORDENSTAM VON DELWIG



När doktor Mukwege var här var flera besök inbokade med politiker och makthavare, som här med Tobias Billström. De pratade om situationen i DR Kongo och utrikesministern fick boken "Kvinnors styrka".

FOTO: ISABELLA OLESSON

ÅR AV VÄNLIGHET

Vänliga Veckan är återigen här. Och visst finns det vänlighet överallt, ibland mitt framför näsan på en, ibland kanske man måste titta mer noggrant. Men en sak är säker – i Läkarmissionens projekt i världen syns vänligheten och välviljan i det lilla och det stora.



BILDREPORTAGE:
VÄNLIGA VECKAN



Sydafrika. Var vänlig mot moder jord!

FOTO: TORLEIF SVENSSON



Sydafrika. Visa vänlighet mot de allra minsta.

FOTO: HÅKAN FLÅNK



Kongo. Var vänlig mot de äldre.

FOTO: MARTINA HOLMBERG



Kongo. Var vänlig mot någon som inte tycker som du!

FOTO: MARTINA HOLMBERG



Sydafrika. Var vänlig i trafiken!

FOTO: HANS-JÖRGE RANSTEDT

IT-FÖRETAG STÖDER SJUKHUS I DR KONGO

Engagerad personal ligger bakom Ateas stora stöd till Kyesherosjukhuset i DR Kongo.

IT-företaget Atea går in i ett omfattande partnerskap med Läkarmissionen och Kyesherosjukhuset i Demokratiska republiken Kongo. Sjukhuset ligger i Goma och behandlar kvinnor och barn som skadats av sexuellt våld.

Hur kommer det sig att ett IT-företag engagerar sig i ett sjukhus i Kongo?

– Allt började kring 2015 då några medarbetare hade börjat diskutera det personliga värdet av julklappar och sommarpresenterna från arbetsgivaren. De kom fram till att de hellre ville ge summan som presenterna kostade till människor som verkligen

behöver hjälp, istället för att ge något som kändes trevligt men inte absolut nödvändigt, säger Sara Ångström från Atea som samordnar arbetet.

Hon berättar att gruppen lade fram ett förslag om att Atea skulle avstå att köpa presenter till sina medarbetare och i stället lägga pengarna i en gemensam fond. De första åren gick pengarna till familjer i Syrien, till Bris samt Rädda Barnen. Efter några år mattades engage-

”Sedan vi slöt avtalet med Läkarmissionen har antalet månadsgivare inom Atea fördubblats.”

manget kring fonden och Atea började fundera på hur mer känsla och angelägenhet kunde skapas.

Det resulterade i att uppbygget gjordes om och att en månadsgivarfond skapades. I Ateas fall innebar det att om medarbetarna gav en del av sin lön varje månad så förband sig Atea att matcha summan och sätta in lika mycket i fonden. Samtidigt insåg man att det finns stora utmaningar i IT-branschen gällande konfliktmineraler.

VID PRODUKTION av datorer och mobiltelefoner behövs mineraler som tantal, wolfram, guld och tenn. De mineralerna bryts ofta i konflikttrubbade länder, som

exempelvis Kongo. Ju fler telefoner och datorer som produceras och säljs, desto mer riskerar vi att bidra till att konflikterna fortsätter och att allt fler människor drabbas.

– Inom Atea arbetar vi med tydliga hållbarhetsmål. Hållbar IT är en viktig del i vårt DNA, bland annat genom att förändra synen på återanvända datorer och telefoner. Men vi ville göra mer. Därför började vi leta efter aktörer som arbetar konstruktivt i de drabbade länderna. Vi hittade Läkarmissionen och det arbete de stöttar vid sjukhusen Panzi och Kyeshero i Kongo. Här behandlas överlevare av sexuellt våld, de får vård

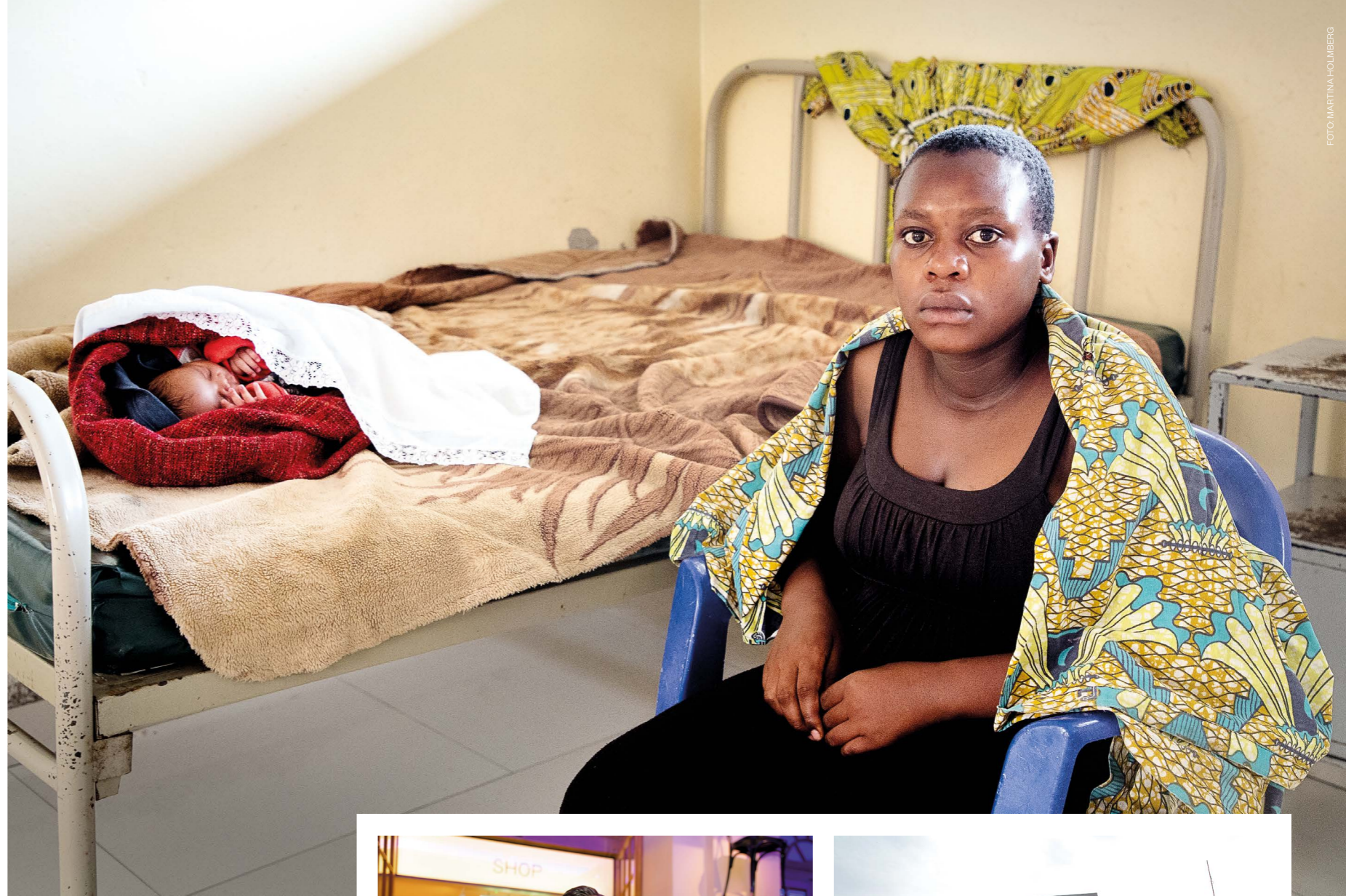


FOTO: MARTINA HOLMBERG



FOTO: ANNA LEON WIREN

Från vänster: Sara Ångström, Programchef Atea, Linus Wallin, VD Atea och Therese Bengtner, Voister.



FOTO: MARTINA HOLMBERG

Kyesherosjukhuset i DR Kongo.

både för kroppsliga och mentala skador. De får också hjälp att bygga upp sina liv igen, att skapa sig en framtid, säger Sara.

ATEA STARTADE redan 2014 ett uppprop mot konfliktmineraler inom IT-branschen. De ville med det uppmana

kunder, och branschen överlag, att ställa tuffare krav vid inköp och upphandling när det kommer till innehåll i de produkter vi människor använder.

– Detta är en otroligt viktig fråga för oss som vi arbetar med på flera fronter. Och sedan vi slöt avtalet med

Läkarmissionen har antalet månadsgivare inom Atea fördubblats. Vi som jobbar med den här frågan behöver inte tjata på våra kollegor, vi berättar bara om effekterna av de insatser vi stöttar.

I Ateas värdegrund står att läsa att de alla har ett personligt ansvar, det tycker

Sara Ångström att hennes arbetskamrater visar genom sitt engagemang för Kyesherosjukhuset.

– Jag är stolt över att jobba på Atea. Jag har kollegor med stora hjärtan, som är pålästa och medvetna när det gäller hållbarhetsarbete.

EVA ADEEN



Skänkte körkassan till barncenter i Ukraina

I slutet av november fick Läkarmissionen ett meddelande från barncentret CCC i Lviv. De bad om stöd för att kunna köpa en generator, bränsle och mat. Bombningarna i västra Ukraina har gjort att tillgången på el och vatten inte längre går att ta för givet.

Vi skickade ut ett mejl till våra givare och gåvorna började strömma in. Helt plötsligt såg vi att det kommit in en väldigt stor gåva, ett femsiffrigt belopp. Avsändare var "Feminakören". Självklart blev vi nyfikna. Vilka gömmer sig bakom det namnet?

Med hjälp av google och facebook och hitta.se kunde vi ett par veckor senare få en pratstund med Birgitta Thalén-Sundin, sångpedagog och en av Feminakörens grundare.

– Den här gåvan är vårt avslut, så att säga. Kören är just nerlagd, säger Birgitta i telefon från Sundsvall där hon bor.

MEN DET FANNS en spännande början.

Birgitta och hennes kollega Elisabeth Modéen-Hallgren fick för sig i mitten av 1990-talet att de ville starta en kör för kvinnor som inte tyckte att de kan sjunga.

De var båda sångpedagoger och hade jobbat med många sorters körer.

Birgitta och Elisabeth var båda verksamma i Sundsvall, som ju är en riktig körstad. De har sjungit med allt från spädbarn till 100-åringar, men nu var det dags för ett experiment. Skulle kvinnor som inte tycker att de kan sjunga våga ge sig till känna och börja sjunga tillsammans?

– Jodå, svarar Birgitta och småskrattar.

– Till första träffen kom det över hundra kvinnor och nästan alla ursäktade sig och sa "Ja, jag kan ju inte sjunga, men ...".



När Kjell Lönnå ledde den stora Sånger för Livet-kören i Globen var Feminakören med.

Redan på ett tidigt stadium sa körledarna Birgitta och Elisabeth att "nästa år ska vi på turné till USA". Och så blev det. Feminakören, som då hade lärt sig sjunga tvåstämmigt, höll konsert på

Svenska Klubben i Seattle. Senare har kören haft konserter i Rom, Prag, Krakow, Budapest, Dublin, Riga.

– Kören bestod av kvinnor som har ett överflödande härligt liv och som därför kan göra mycket gott. Vi har försökt att göra bra saker på de platser där vi varit. Till exempel handlade vi tandkräm, tvål och underkläder i stället för att shoppa till oss själva när vi var i Budapest. Allt det vi köpte åkte vi med

"Vi har försökt att göra bra saker på de platser där vi varit."

till Frälsningsarmén som arbetade i utsatta förortsområden.

LÄKARMISSIONEN KOM in i bilden genom Kjell Lönnå. Feminakören var med i Globen när han hade de stora "Sånger för Livet"-konserterna där. När kören lades ner i höstas, efter mer än tjugio år, fanns det en stor summa kvar i kassan. Förningens styrelse bestämde då att pengarna skulle gå till Läkarmissionens arbete i Ukraina.

– Det är roligt att få ge. Vår glädje kan nu vara andras glädje, avslutar Birgitta. EVA ADEEN

Elisabeth Modéen-Hallgren och Birgitta Thalén-Sundin.



FOTO: PRIVAT

FOTO: PRIVAT

ETT ÅR MED FOKUS PÅ DIGITALISERING

Innovation och digitalisering var det som lockade Ellinor Aaby Olsson att resa till Tanzania för ett års praktik.

FOTO: PRIVAT

Läkarmissionen har arbetat med projekt i Tanzania i flera år och 2021 öppnades ett landkontor, där Ellinor Aaby Olsson har varit trainee med fokus på hur ett land som Tanzania kan hänga med i den snabba tekniska utvecklingen.

Ellinor Aaby Olsson, 34 år, fick 2022 möjligheten att resa till Tanzania för att arbeta som trainee under ett år. Det som lockade henne var chansen att lära sig mer om innovation och digitalisering. Hur man kan arbeta för att inkludera dem som inte använder smartphones.

– Under 2021 läste jag en artikel om hur man i Indien under pandemin ställde om sin skolundervisning till mobilprogrammet Whatsapp, i stället för att använda zoom. Det väckte en nyfikenhet kring hur andra länder med mindre tillgång till smartphones och datorer jobbade med digitalisering. Samtidigt erbjöd Läkarmissionen en möjlighet att få praktisera på deras landkontor i Tanzania.

Ellinor ansökte, blev antagen och reste iväg för ett år i kuststaden Dar es Salaam. Kontoret ligger i stadsdelen Mikocheni, och består av ett litet rum som delas med organisationerna TCRS, Svenska kyrkan och Danish mission.

– Diskhörnan har utsikt över indiska oceanen, så att hämta kaffe eller diska har aldrig varit ett roligare nöje för mig. Kaffet görs för övrigt alltid av pulverkaffe från Tanzania som jag kommit att älska.

Redan under Ellinors första vecka i Tanzania åkte hon till Arusha i norr för att diskutera ett projekt kring könsstympning som Läkarmissionen stödjer och som utförs av vår partner ELCT. Ett arbete som går ut på att inspirera religiösa aktörer att prata om könsstympning som en hälsofråga.

ETT ANNAT ARBETE som Läkarmissionen driver tillsammans med FPCT (Free Pentecostal Church of Tanzania) handlar om att öka kunskapen om att inkludera funktionsnedsatta barn i skolundervisningen.

– När vi besökte projektet fick vi se ramperna upp till toaletterna som ska underlätta för rullstolsburna elever att gå på toaletten. Arbetet handlar även om att utbilda lärare, föräldrar och lokala politiker om inkludering.

”Framöver kommer jag med hjälp av digitaliseringen kunna hålla kontakt med mina kollegor och vänner i Tanzania.”

Läkarmissionen jobbar med mödravård på två sjukhus i Tanzania. På det ena, som ligger i Mchukwi, har elförsörjning varit ett problem som gjort att kvinnor dött på operationsbordet när strömmen gått.

– Under september 2022 installerades därför solpaneler på sjukhuset för att ge tillförlitlig el, berättar Ellinor.

PRAKTIKÅRET VAR HENNES andra möte med Tanzania. Redan 2007 var hon där ett år, då via Färnebo folkhögskola.

– Då praktiserade jag på en folkhögskola i Njombe, 16 timmar in i landet med buss mot Malawi.

Illusionen om Tanzania som ett varmt land sprack redan första natten då hon fick ligga i underställ, mössa och tre filtar för att inte frysa.

– På dagarna var värmen som en vanlig sommardag. Vi hade ingen dusch. I stället kokade vi vatten och blandade ut med kallt i en balja. Jag minns lyxen när jag besökte Dar es Salaam och fick ta en varm dusch.

Mötet med livet i Dar es Salaam 15 år

senare blev annorlunda.

– Jag har haft svårt att få ihop bilderna och erfarenheterna av Tanzania 2007 och 2022. Mycket är sig likt, men mycket är också annorlunda. 2007 bodde det cirka 39 miljoner människor i Tanzania, numera runt 60–70 miljoner. Det märks i Dar es Salaam som vuxit och förändrats. Områden som låg i utkanten är nu i centrum.

I DAG ÄR ELLINOR tillbaka i Sverige, full av inspiration kring digitaliseringens möjligheter inom biståndet och ökad förståelse för hur viktigt Läkarmissionens arbete är.

– Rent vatten, sjukvård och tillförlitlig elektricitet är lätt att ta för givet i Sverige. Något inte alla människor har tillgång till i världen. Men framöver kommer jag med hjälp av digitaliseringen kunna hålla kontakt med mina kollegor och vänner i Tanzania, ta en digital fika med landchefen Gloria, utbyta tankar med vänner som är kvar och följa Läkarmissionens arbete.

EVA NORDENSTAM VON DELWIG



Under september 2022 installerades solpaneler på sjukhuset för att ge tillförlitlig el.

FOTO: PRIVAT



Nina Campioni är journalist, författare och programledare.

”Som jag har saknat by-andan”

För ungefär ett halvår sedan stuvade jag och min familj in oss i vår bil och satte kurs mot Italien. Vi hade bestämt oss för att testa på livet

i Ligurien ett år, utmana oss, våga. Livet här har på samma gång varit precis som vi trott och absolut inte som vi förväntat oss och alla känslor har rymts samtidigt på något sätt.

Vi lever i stort sett samma liv med jobb, skola, aktiviteter för barnen, laga mat, diska, städa. Vardag är vardag oavsett var du bor i världen. Men på andra sätt är vi nybörjare i en helt ny värld. Det är ett annat språk, ett nytt sätt att se på tid, andra saker att värdesätta. Vi bor i en liten by där sammanhållning och gemenskap är allt. Där inget funkar om vi inte hjälps åt. Där absolut inget händer om vi inte ser till att ordna det själva. För en stadsbo sedan 24 år tillbaka är det som att komma hem, uppvuxen på landet i Småland som jag är. Insikten om vad jag hade saknat i livet var både som ett slag i magen och varm som en kram samtidigt. Som jag har saknat by-andan. Känslan av att göra saker ihop, att behöva varandra. Och allt började med ett enkelt hej.

SOM NUMERA INVAND Stockholmare skulle jag en dag gå till lokala postkontoret för att skicka ett vykort till min faster. Jag skulle snabbt och lätt köpa ett frimärke och så skulle det vara klart. In och ut, smidigt och snabbt. Vi bor



FOTO: JOHAN LYGBRELL

”Våga lyfta blicken från golvet och uttala ett hej. För din skull och andras.”

nära så jag stapplade ner i tofflor, mjukisbralla, håret på sned och en tanke om att jag ”ändå inte kommer möta någon jag känner”. Vilket verkligen är en omöjlig tanke i en liten by där alla känner alla, självklart vet exakt alla i byn vem ”svenskan” är.

Hur som helst. Jag öppnade dörren

till posten och mottogs genast av ett ”Godmorgon” från kvinnan bakom disken. Förvånad svarade jag hej och satte mig i kön. Det var fem-sex personer före mig i kön och kvinnan bakom disken hade redan en kund att ta hand om.

Ändå tog hon sig tid att titta upp när dörren öppnades och säga ett välkomnande ord till mig. Och så fortsatte det. Varenda en inne på postkontoret hälsade glatt, frågade om dagen var bra.

Gamla som unga, främling eller ej. Alla fick sig ett hej och ett ”come?” (översätts ungefär med ”hur är läget?”). Det småpratades om ditten och datten medan vi väntade. Vädret är ett lika återkommande ämne här som hemma. Och jag insåg med överväldigande tydlighet att även om mitt posten-besök inte gick i blyxfart som det kanske hade gjort hemma i stan så var det ett besök som gav något helt annat. Nämligen en känsla av tillhörighet, en känsla av att finnas till, en känsla av att någon såg mig och välkomnade min existens.

SÅ FÅR JAG FÖRESLÅ något banbrytande inför det här nya året och inför den Vänliga Veckan så är det det här: våga säga hej! Detta lilla, lilla ord som rymmer så otroligt mycket inom sina tre små bokstäver. Det kan öppna upp en hel värld, det kan rädda en annan människa, det kan sätta ett leende i någon annans själ och samtidigt ge dig själv en känsla av betydelse. För en

person som säger ett hej är en person som finns, som lever, som syns, som är.

Så nästa gång du kliver ut i trapphuset, nästa gång du går på din gata, nästa gång du kliver in i en hiss, nästa gång du går in på posten – våga lyfta blicken från golvet och uttala ett hej. För din skull och andras.



FOTO: OSCAR SAHLÉN

Hjälp familjer i Ukraina!

Ukraina är fortfarande under attack.

Vintern är här och i Ukraina har kriget snart pågått i ett år. Det är kallt och ont om mat.

I Lviv har centret för barn i utsatthet drabbats av upprepade strömavbrott. De största behoven just nu är mat, varma filtar och vardagliga saker som

toalettpapper och tandkräm. Men även sånt som säkerställer värmen när det blir strömavbrott, som generatorer och batterier.

Läkarmissionen skickar även lastbilar med sjukvårdsutrustning, filtar och varma kläder till andra ukrainska städer och i Rumänien och Moldavien

jobbar vi för att hjälpa familjer på flykt.

Utöver gåvoshopen går det också bra att swisha en gåva till 90 00 217, eller sätta in på plusgiro 90 00 21-7 och då ange ”Ukraina”.

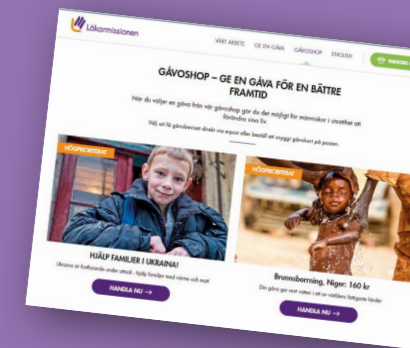
Tack för ditt stöd till de som drabbats av kriget!

Så handlar du i vår gåvoshop

Det är inte lätt att köpa presenter till den som redan har ”allt”, eller som inte gillar prylar. Då är det perfekt att använda Läkarmissionens fina presentbutik på nätet. Där hittar du konkreta hjälpinsatser att ge bort – eller välja när du själv vill ge en gåva till

ett biståndsprojekt. Där finns något för varje plånbok, från 50 kronor och uppåt. Gåvan gör gott för den som ger och den som får samtidigt som den gör stor nytta. Gå in på vår hemsida, lakarmissionen.se och klicka på Gåvoshop. Välj vilket projekt du vill stödja och belopp. Följ sedan instruktionerna för betalning.

Du kan betala med swish, bankkort eller med inbetalningskort. Ange om du vill ha ett gåvobevis och lägg då in din personliga hälsning. Gåvobeviset kan du få som en pdf att mejla vidare eller att skriva ut. Du kan även välja att beställa ett gåvokort som trycks och skickas till den adress du anger.





Det stora utbildningspaketet. Stöd till utbildning är den bästa hjälp till självhjälp du kan ge.



Hjälp till Ukraina. Läkarmissionen finns på plats och hjälper människor på flykt och i utsatthet. Vi bistår människor med sjukvårdsutrustning, filter, varma kläder och matkassar. Tack för ditt stöd i denna akuta situation!



LIVSVIKTIGA GÅVOR FÖR EN BÄTTRE FRAMTID

I vår gåvoshop hittar du idéer på presenter att ge bort vid exempelvis födelsedagar, dop, bröllop och begravning. Skänk via [läkarmissionen.se](https://www.lakarmissionen.se) så får du ett fint gåvobevis att ge bort till någon du bryr dig om. En gåva till Läkarmissionens utvalda projekt är en gåva för en bättre framtid.



En säker förlossning. Förlossningar som räddar livet på både mammor och barn.



Bikupa, Etiopien. Skänk en bikupa och rädda bina och hjälp odlarna försörja sig själva och sina barn.



Trädplantering. Få insatser har så positiva effekter som trädplantering.



Ge bort en get. Hjälper familjer i utsatthet till en ny start.



Anpassad skolgång till ett barn med funktionsnedsättning. Med ditt stöd kan fler få hjälp.