

# SVENSKA JOURNALEN

LÄKARMISSIONENS MEDLEMS-  
OCH ORGANISATIONSTIDNING  
NR 4 NOVEMBER 2023 ÅRGÅNG 99

20

december är det val  
i DR Kongo och Denis  
Mukwege kandiderar  
till president.

UKRAINA:

En fristad för  
barnen mitt  
i kriget

ELDSJÄL:

Företag gav  
en miljon  
till sjukhus

BO GULDSTRAND:

Utbildning  
kan förändra  
världen

# Berörd av resan

Bloggaren Clara Lidström följde  
med Läkarmissionen till Etiopien



FOTO: Monkey Business Images

**FAKTA.** 2022 fick Läkarmissionen in 28,6 miljoner kronor som testamenterats för att förändra livet för utsatta människor i världen.

## Tycker du att det här med testamente känns krångligt?

Det behöver det inte vara! Att skriva sitt testamente är varken märkvärdigt eller konstigt. Det handlar egentligen bara om att själv kunna välja vad vi vill ska hända med de ägodelar vi lämnar efter oss.

Det är ändå en del saker som kan vara bra att tänka på och nu erbjuder Läkarmissionen juridisk rådgivning kring testamente utan kostnad.

Tjänsten erbjuds av juristfirman Lawly och sker via vår hemsida, och du får även tillgång till personlig telefonservice om du önskar.



**Hans Hallström**  
Läkarmissionen

*"Man blir alltid lika ödmjukt tacksam när någon tänkt på Läkarmissionen i sitt testamente, och på det sättet låter sitt liv och gärningar leva vidare till att förändra livsvillkoren för många medmänniskor i vår värld."*

Hans Hallström, Läkarmissionen

**Gå in på [lakarmissionen.se/testamente](https://lakarmissionen.se/testamente) och läs mer**

Har du andra frågor är du varmt välkommen att kontakta oss på 08-620 02 00, där du även kan beställa vår testamentsbroschyr.



Läkarmissionen

Läkarmissionen, Siktgatan 8, 162 88 Vällingby | E-post: [info@lakarmissionen.se](mailto:info@lakarmissionen.se)

# HEJ!

VÄLKOMMEN TILL  
SVENSKA JOURNALEN  
NR 4, 2023



FOTO: ERIKA STENLUND

## I en orolig tid får vi inte ge upp det goda

**F**örändring. Jag vet nästan inget ord som kan rymma så många positiva känslor, eller tvärtom så många negativa. Själv kan jag vara lite rädd för förändringar, när det handlar om mitt liv. Man vet vad man har, men inte vad man får... ni vet. Men när jag tänker i det större perspektivet, finns det ändå mycket som jag önskar vore annorlunda just nu.

Vårt samhälle har verkligen förändrats på kort tid. Jag tycker att jag lever i en helt annan värld i dag än för bara några år sedan. Pandemi, krig i Europa, inflation, gängvåldet i Sverige och så den gångna sommaren som väl ändå måste ha slagit rekord i naturkatastrofer? Det är lätt att bli orolig och se mörkt på framtiden. Fast kanske att vi människor har känt så i alla tider? Och jag tänker också att det delvis kan vara ett val.

**"Visst är det så att de allra flesta förändringar leder till något gott i slutändan ändå..."**

Det är hoppfullt att se allt det goda. Och det som ger mig allra mest hopp – det är ni, Läkarmissionens fina givare som trots sämre tider i Sverige fortsätter att så generöst stödja människor i andra delar av världen. Det värmer verkligen hjärtat och gör att jag trots allt ser ljus på framtiden. Och när jag tänker efter, visst är det så att de allra flesta förändringar leder till något gott i slutändan ändå...

**CAROLINE WESSLÉN**  
MARKNAD OCH INSAMLING



FOTO: ANNA LEDIN WIRÉN

## Clara Lidström möttes av hopp i Etiopien. Sid 12



FOTO: BENGT SJÖVÄRSSON

- 04 Läkarmissionen nominerades till Flickapriset.
- 05 Smutsigt vatten gav pengar till Världens Barn.
- 07 **Josephine Sundqvist:** Bilderna från mitt besök i Lviv kom tillbaka.

## På barncentret i Lviv möts man av kärlek. Sid 8



FOTO: CAROLINE WESSLÉN

- 18 Caroline Wesslén om möten hon minns i världen.
- 22 Ordförande Bo Guldstrand firar 70 år med insamling.
- 24 Svenska ATEA ger miljogåva till sjukhus i Kongo.
- 25 Kenyas samhällen stärks för att klara katastrofer.
- 28 **Milward Mwamvini:** Det måste finnas sätt att låta mänskligheten övervinna girighet och själviskhet för en värld där kärleken styr.

## Möten jag aldrig glömmer. Sid 18



Läkarmissionen

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](https://lakarmissionen.se).



Clara (Underbara Clara) Lidström reste till Etiopien med Läkarmissionen.

Foto: Anna Ledin Wirén.

Ett av Läkarmissionens fokusområden är WASH (vatten, sanitet och hygien). 2022 borrade vi 561 brunnar i totalt 5 länder vilket gav 519 517 människor tillgång till rent vatten.

75

borrade brunnar i Tchad under 2022.

52

tusen människor i Niger har fått tillgång till rent vatten.



FOTO: TORLIEF SVENSSON

58

tusen människor i Sydsudan har fått bättre förutsättningar för sanitet och hygien genom 3 907 nya latriner.

## Kandiderar till president

Doktor Denis Mukwege kan bli DR Kongos nästa president.

**Denis Mukwege, grundare av Panzisjukhuset och mottagare av Nobels fredspris 2018, meddelade den 2 oktober att han kandiderar till presidentposten i årets val i DR Kongo i december.**

I över 20 år har Läkarmissionen stöttat Panzisjukhuset och dr Mukweges uthålliga arbete i hans kamp mot sexuellt våld och för fred, rättvisa och demokrati i

Demokratiska republiken Kongo.

– Vårt land mår inte bra och vi kan inte vänta med att agera. I morgon är redan för sent, sa doktor Mukwege på mötet som livesändes via hans Facebooksida.

Eftersom sjukhuset som hälsoinstitution är politiskt neutral, har han tillfälligt avsagt sig sina officiella uppdrag på Panzisjukhuset. Läkarmissionen fortsät-



FOTO: HAKAN FLANK

Spännande och intensiva tider väntar för den nya presidentkandidaten.

ter att samarbeta med Panzisjukhuset och andra partners i DR Kongo för att främja kvalitativ hälsovård, bekämpa sexuellt våld och arbeta för rättvisa och fred i regionen. Valet hålls den 20 december i år.

## Läkarmissionen nominerades till årets Flickapris

Plan International Sveriges Flickapris är en utmärkelse med syfte att hylla individer eller organisationer i Sverige som visat engagemang för att synliggöra dem som kämpar för flickors rättigheter. Det är också en hyllning av engagemang och stöd för flickor och kvinnor världen över.

Flickapriset riktar ljuset mot dem som har gjort exceptionella insatser för att säkerställa att deras rättigheter upprätthålls. Det lyfter tron på varje individs inneboende värde och det orubbliga engagemanget för att främja värdiga liv för alla.

Läkarmissionen är djupt

hedrade över att ha blivit nominerade till Flickapriset. Det är ett erkännande av våra ansträngningar för att bryta ner barriärer, utmana stereotyper och ge flickor möjlighet att nå sin fulla potential.

2023 års vinnare blev den nationella stödlinjen "unga-relationer.se" som arbetar med att ge unga människor möjlighet att söka hjälp och stöd, oavsett om de själva utsätts för våld, är den som utövar våld eller känner någon som är i en utsatt situation.

Flickapriset är en påminnelse om flickors rättigheter och att kampen för jämställdhet pågår varje dag. Varje insats, stor eller liten, kan göra betydande skillnad i strävan mot en mer rättvis värld för alla.



FOTO: LÄKARMISSIONEN

Flickapriset delas ut till en person eller organisation som har gjort en extra stor insats för att säkerställa flickors rättigheter världen över.

## Utmaningar till stöd för Världens Barn

Besökarna i Gallerian i Stockholm fick bland annat prova på att dricka smutsigt vatten.

**Att dricka smutsigt vatten som renats av ett filter, ta selfies med en bajs-korv och bära tunga vattendunkar, var några av utmaningarna på Läkarmissionens insamling för Världens Barn.**

Inför Världens Barn-galan ordnade Läkarmissionen, WaterAid och IOGT-NTO ett event i Gallerian i Stockholm för att uppmärksamma att orent vatten är den största orsaken till att barn under fem år dör i världen.

– 25 procent av dem saknar tillgång till rent vatten. Det ville vi skapa medvetenhet kring och samtidigt få människor att skänka peng-

ar, berättar Pontus Danforth från Läkarmissionen.

För varje gåva till Världens Barn under oktober, dubblade Akelius Foundation beloppet, vilket gjorde insamlingen lättare. Den 30 kilo tunga dräkten i form av en bajs-korv, gillades av många som gärna swishade efter att ha tagit selfies med dräkten. Dunken från Solvatten, som renar vatten med hjälp av UV-strålning, visade på innovativa lösningar som Läkarmissionen använder i fält.

En av utmaningarna var att få förbipasserande att dricka smutsigt vatten som renats med hjälp av en annan

innovation, ett filter kopplat till en vanlig PET-flaska.

– När vi stod och halsade brunt vatten från en flaska reagerade människor, berättar Pontus.

Man får ha olika knep för att få stressade människors uppmärksamhet, menar han.

– Tonåringar som passerade utmanades att hålla en tung vattendunk 90 grader ut från kroppen medan en man i kostym tilltalades av att hans gåva dubblades. När folk stannar och utmanas så ges det bra tillfällen att prata om vattensituationen i världen och till att swisha.

Insamlingen till Världens Barn pågår till årets slut.



Inför Världens Barn-galan utmanade Läkarmissionen besökare i Gallerian i Stockholm.



FOTO: LÄKARMISSIONEN



FOTO: LÄKARMISSIONEN



FOTO: LÄKARMISSIONEN

När den populära podcasten Surret hade livesändning på Cirkus i Stockholm var Läkarmissionen med för att värva månadsgivare.

## Läkarmissionen på utsåld livepodd

Hanna "Hanapee" Persson och Linnea "Nea" Holm driver den populära podden Surret. Tillsammans bjuder de på samtal om livet, föräldraskapet, relationer, stil och att vara kvinna 2023. I slutet av september bjödde de in till livepodd på Cirkus i Stockholm.

Läkarmissionen fanns på plats i samband med de utsålda föreställningarna och Hanna och Linnea berättade om verksamheten, i syfte att inspirera fler att bli givare. En av dem som tog steget var Teresia, som delade: "Efter att vi fick vårt första barn blev jag på något sätt mer uppmärksam på hur sårbar man är som mamma. Det känns viktigt att kunna hjälpa andra som saknar de skyddsnet vi ofta tar för givet här."



## Läkarmissionens Sånger för Livet!

Spännande nyheter nästa år för konsertverksamheten.

**2024 introducerar "Läkarmissionens Sånger för Livet" nya spännande koncept och event.**

Det blir kära återseenden i konserter med våra trogna artistvänner och tillsammans med körer över hela

landet. Men vi introducerar också flera nya spännande artister, konserter, koncept och event så som körsång, teambuilding, workshops för företag och Elvis älskade gospelsånger.

Miss inte chansen att förena stort nöje med stor

nytta – kom och njut av härlig musik och ett viktigt budskap för en bättre värld när vi besöker en plats nära dig!

**Vill du välkomna Läkarmissionens konsertverksamhet för ett samarbete i er kyrka, förening eller till ert företag? Varmt välkommen att höra av dig till Anna på anna. olofsson@lakarmissionen.se Väl mött under 2024!**



Sonja Aldén är en populär artist på Läkarmissionens turnéer.

## Nytt fältkontor i DR Kongo ska underlätta insatserna



Kitoko Bruno är ny landchef på fältkontoret i Goma.

**Under hösten har Läkarmissionen tagit ett viktigt steg genom att etablera ett nytt fältkontor i Goma i Kongo.**

Kontoret kommer att fungera som en central knutpunkt för våra insatser och som en resurs att bättre överblicka hur våra medel används, vilket är av yttersta vikt för att säkerställa att varje krona gör maximal nytta. Genom

att stärka vår närvaro i östra Kongo kan vi stödja de mest sårbara mer effektivt och bidra till en bättre framtid för dem som behöver det mest.

– Situationen i östra Kongo är fortfarande orolig, särskilt med det kommande presidentvalet. Vi ser stor betydelse i att vara närvarande och se till att vår hjälp når fram till de mest sårbara, säger Josephine Sundqvist,

generalsekreterare.

Josephine var nyligen i Kongo för att starta upp kontoret i Goma, i lokaler som vi delar med andra internationella organisationer. Det ger både kostnadseffektivitet och främjar samarbete och synergier vilket är väldigt värdefullt i en region där samordning mellan olika aktörer är nödvändigt för att nå hållbara förbättringar på lång sikt.

## Afrikanska ledare möttes på klimatmöte

Innovation, utveckling och stöd för lokal klimatanpassning diskuterades i Nairobi.

**I september hölls Africa Climate Summit, Nairobi, det första afrikanska klimat-toppmötet av sitt slag.**

Afrikanska ledare och representanter från samhällets alla sektorer samlades för att diskutera hur de tillsammans kan arbeta mot en grön och rättvis omställning, som värnar den biologiska mångfalden samtidigt som den säkerställer att mänskliga rättigheter tillgodoses.

Fokus låg bland annat på innovation, utveckling och hur stödet för lokal klimatanpassning kan och bör stärkas.

Här har kvinnor en viktig roll för att säkerställa en hållbar utveckling som gynnar alla.

I arbetet mot klimatförändringar spelar även lokalsamhällen, och inte minst religiösa aktörer och

institutioner, en avgörande roll i byggandet av motståndskraftiga samhällen.

Under toppmötet kom också uppmaningar kring Afrikas växande potential inom klimatarbetet. I ett panelsamtal sade en av de medverkande att Afrikas klimatrörelse befinner sig vid en brytpunkt och menade att tiden att investera i Afrika är nu.

Under veckan förhandlade deltagarna fram "Nairobi-deklarationen" som åtföljdes av flera nödvändiga åtaganden från såväl afrikanska länder, som samhällsaktörer på global och regional nivå. "The Africa we want must align with the planet we need" säger Kenyas president, William Ruto, när han presenterar deklarationen.

Nu återstår att se hur den implementeras.



Läkarmissionens Maria Bard och Moa Lindgren var på plats på klimatmötet, som genomfördes för första gången, i Kenya.

## Kriget kryper allt närmare

**R**ysslands invasion av Ukraina inleddes i gryningen den 24 februari 2022. Nu har 1,5 år passerat och känslan av att ett krig pågår i vårt närområde har på vissa sätt tragiskt nog normaliserats i våra svenska vardagsliv. Till en början var många av oss i ren chock men nu har vi vant oss vid Aktuellts nyhetsinslag från krigets Ukraina.

En av mina första resor som generalsekreterare för Läkarmissionen, hösten 2021, gick just till Lviv i västra Ukraina. Jag fick då chansen att besöka vårt arbete för barns rättigheter som du kan läsa ett fördjupningsreportage om i detta nummer. De unga jag mötte då var fulla av optimism. Jag minns särskilt mina dagar med Olga Tkachuk, en ung konstnär och ideell ledare vid Children Care Center, CCC i Lviv. Hon visade mig sin konst och jag deltog i hennes workshop för socialt utsatta barn som genom konsten får bearbeta trauman och hitta en väg tillbaka in i en gemenskap. Det är ett innovativt och betydande arbete som Läkarmissionen har stöttat under många år. Jag och Olga fick också tid att umgås och vi gav oss bland annat ut på en längre stadsvandring i Lviv där vi delade livets drömmar och bekymmer. Nu är det ett fint minne och den brutala sanningen är att spelplanen helt har ändrats. Den fredliga vardagen i staden finns inte längre och Olga står inför en oerhört tuff situation, att leva mitt under ett brinnande krig.

Det första som hände när jag fick information om Rysslands invasion var att minnesbilderna från mitt besök i Lviv kom tillbaka. Allt kändes så levande och verkligt. Som att jag var tillbaka på nytt. Fortfarande känns det ibland så överklätt att ett fullskaligt krig pågår i vårt närområde. Det är oerhört tragiskt och beklämmande. En tröst är dock att vi inte behöver vara passiva och invänta en ljusare morgondag. Genom Läkarmissionens lokala förankring och gedigna arbete på plats kan vi förändra krigets vardag för så många barn. I detta nummer av Svenska Journalen får du ta del av Milwards berättelse, vår humanitära chef, och hans upplevelser från sitt senaste besök i två av Ukrainas grannländer, Rumänien och Moldavien. Jag hoppas att du då ska känna stolthet över att du tar ställning för ett fredligt Europa och alla barns rätt. Tillsammans kan vi, mitt i kriget som kryper allt närmare, förverkliga den så kända bibliska gyllene regeln, från Matteusevangeliet 7:12 "Allt vad ni vill att människorna ska göra för er, det ska ni också göra för dem".

**JOSEPHINE SUNDQVIST  
GENERALSEKRETERARE  
PÅ LÄKARMISSIONEN**



# HÄR FINNS LEK OCH HOPP

I krigets Ukraina är verksamheten på Läkarmissionens barncenter CCC viktigare än någonsin. Här får barnen ro och hjälp att lindra många av problemen som kriget orsakar dem och deras familjer.

TEXT OCH FOTO: BENGT SIGVARDSSON

D

et sprudlar av aktiviteter inne på Children Care Center, CCC, i Lviv i västra Ukraina. Småkillar leker med gosedjur på golvet, från ett intilliggande rum hörs glada rop från barn som spelar pingis. Kriget i Ukraina känns väldigt långt borta, men närsomhelst kan ryska raketer avfyra mot Lviv och barnen måste rusa till skyddsrum. Ibland tjuver flyglarmen flera gånger per dygn. 11-åriga Nastia Makarenko blir alltid lika rädd.

– När jag blir rädd så brukar jag be till Gud eller börja rita. Ibland försöker jag tänka på kul saker som hände innan kriget bröt ut. Då känner jag mig mindre rädd, säger Nastia.

**CCC SLOG UPP SINA** portar 2001 som en plats där barn som lever i fattigdom och utsatthet i Lviv får ro, kärlek, läxhjälp och kan delta i olika aktiviteter. Sedan Ryssland inledde sin fullskaliga invasion av Ukraina, i slutet av februari 2022, är 40 procent av barnen på CCC internflyktingar. Tidigare bodde Nastia med sin mamma och lillebror i Charkiv i nordöstra Ukraina. Staden utsattes för hårda attacker i krigets inledning.

– Vi hörde många höga explosioner och var väldigt rädda. Det var otäckt att sova i lägenheten så vi sov i källaren, säger Nastia.

Familjen var fast i Charkiv i flera dagar innan de fick plats på ett tåg till Lviv. De fick inte med sig mycket mer än kläderna som de bar på sig, men med stöd från Läkarmissionen har CCC delat ut varma kläder och andra förnödenheter till hundratals internflyktingfamiljer. Nastia bor nu med sin familj på ett studentboende.

– Vi bor i ett litet rum och delar kök

och toalett med de andra i huset. Det är inte särskilt bekvämt. Det finns till exempel inga sängar på rummet. Vi sover på filtar på golvet, säger hon.

Nastia har börjat i en skola i Lviv, men trångboddheten på studentboendet gör det svårt att koncentrera sig på läxor. På CCC får hon både läxhjälp och ro att studera efter skolan.

– Jag älskar att komma hit. Framför allt för att rita, men även för att skriva och räkna. Jag tycker om att umgås med andra. Utan CCC skulle jag ha varit uttråkad och inte haft många vänner, säger Nastia.

16-åriga Kyrylo Deriahin och hans sjuårige bror Dima är internflyktingar från Melitopol i sydöstra Ukraina. De har kommit till CCC nästan dagligen sedan våren 2022.

– Jag kommer hit för att träffa vänner och spela pingis. Och så har jag lärt mig lira gitarr här. Det är även kul att vi ofta får besök av olika ungdomsföreningar, säger Kyrylo.

**NÅR KRIGET STARTADE** utsattes Melitopol för kraftig artilleribeskjutning och missilattacker.

– Jag har tappat räkningen på hur många explosioner jag såg och hörde. Vi var fast i Melitopol i en månad innan vi lyckades ta oss till centrala Ukraina. Därifrån tog vi oss vidare till Lviv, säger Kyrylo.

Bröderna bor nu med sina föräldrar i en lägenhet i Lviv.

– Det är okej att bo som vi gör ett tag, men jag saknar vårt hus, mina släktingar och min hund, säger Kyrylo.



Kyrylo Deriahin.

Dima Deriahin.

”Det är okej att bo som vi gör ett tag, men jag saknar vårt hus, mina släktingar och min hund.”

Melitopol är i dag, liksom cirka 20 procent av Ukraina, under rysk ockupation. Kyrylo vet inte hur illa förstörd staden är. Läkarmissionen har dock besökt andra områden som har befriats från rysk ockupation. Där är förödelsen omfattande. Människor som har återvänt bor i enkla enrummodulhus eller andra provisoriska boenden i väntan på att deras hem ska återuppbyggas. Det kan ta årtal och inget tyder på ett snart slut på kriget. Många av barnen på CCC mår psykiskt dåligt, men de kan prata med psykologer som regelbundet

kommer dit. De får även bearbeta sina trauman genom konstterapi. Tidigare tänkte Kyrylo ofta på vad han hade upplevt i Melitopol.

– Nu gör jag det alltmer sällan. Jag tror inte att min lillebror gör det heller, men han blir väldigt rädd när han hör flyglarm, säger Kyrylo.

**DE STÄNDIGA FLYGLARMEN** är inte bara psykiskt påfrestande. De innebär även ständiga avbrott i skolkollektionerna då barnen måste rusa till skyddsrum. På CCC kan de ta igen förlorad skoltid.

Volontärer hjälper yngre barn med läxor och det finns en datasal där tonåringar gör sina hemarbeten. Åttaårige Igor Lylyk, som bor med sin farmor och pappa i en enrummare, hade tidigare svårt att hänga med i skolan. Sedan han började besöka CCC går det bättre.

– CCC är superbra. Jag tycker om allt vi gör här, men lekarna är roligast. Och så gillar jag maten här, säger Igor.

**PÅ CCC FÅR BARNEN** två mål mat per dag. Något som är viktigare än någonsin. Det är inte längre självklart för Igor och andra barn att äta sig mätta hemma. Arbetslösheten har ökat och priserna på nästan allt har stigit. De redan fattiga drabbas värst. 16-åriga Ira Krohmal bor med fyra syskon och sina föräldrar i en tvårummare i Lviv. Hennes mamma städar gator och pappan är fastighets-skötare.

– Min pappa får inte lika mycket jobb som innan kriget. Ibland får han inga jobb alls. Då måste vi leva på mammas lön och hon tjänar bara 120 euro i månaden. Det går inte att försörja en familj på det, säger Ira.

Ira har besökt CCC sedan hon var sex år gammal.

– CCC är mitt andra hem. Här har jag lärt mig att tro på mig själv och att jag är kapabel att uppnå mina mål. Jag har lärt mig att hjälpa andra och undvika många misstag man kan göra som ung. Jag hade varit en helt annan person om inte CCC hade funnits, säger Ira.

Hennes mål är att fortsätta studera och bli fotograf. CCC:s föreståndare Taras Kobryn blir berörd av hennes ord.

– Vårt arbete fokuserar på att stärka barnen mentalt, andligt och fysiskt. De får lära sig om sina rättigheter, att det finns vägar ut ur fattigdomen och att Gud kan hjälpa dem, säger Taras.

Allt efter att kriget fortsätter drivs fler människor på flykt och behoven växer. Situationen för internflyktingar och fattiga familjer är extra tuff under vintern. Elen försvinner regelbundet i Lviv. Många bostäder saknar centralvärme.

– Behoven av ficklampor, varma filtar, värmekaminer och varma skor är väldigt stort. Många familjer behöver dessutom hjälp att få mat och hygienartiklar, säger Taras.

# CLARA SÅG HOPPET VÄXA I ETIOPIEN

Bloggaren Clara Lidström, eller Underbara Clara som hon är mer känd som för de flesta, har varit ambassadör för Läkarmissionen i tre år. I höstas följde hon och hennes son Bertil, 11 år, med oss på en resa till Addis Abeba i Etiopien.

TEXT: THERESE HEDLUND / FOTO: ANNA LEDIN WIRÉN

D

”För Bertil, som är väldigt skoltrött, blev det ett viktigt perspektivskifte i hur andra har det i världen när han mötte barn som var så glada över att få gå i skolan.”

et blev en intensiv resa till Etiopien när bloggaren och influencern Clara Lidström, mer känd som Underbara Clara, tog med sonen Bertil, 11 år för att titta närmare på Läkarmissionens arbete. Redan första dagen besökte de Läkarmissionens partners huvudkontor där de var med och delade ut lunch till hemlösa som kom dit för att äta och tvätta sig.

– Efteråt dröjde sig många mammor med små barn kvar och jag kände sådan samhörighet med dem, för precis som jag är stolt över mina barn, så är de stolta över sina och uppskattar när deras barn får uppmärksamhet av andra, säger Clara.

Efter det åkte de vidare till ett center för barn som tidigare har bott på gatan. Många av dem har skickats från landsorten till storstan av sina föräldrar i hopp om att de ska få ett bättre liv. För flertalet blir verkligheten en annan – utsatthet och att bo på gatan.

– Många fastnar i barnarbete, så mycket av det arbete som görs på centret handlar om att hjälpa dem att få börja skolan och leta rätt på deras föräldrar för en återförening.

Mötet med barnen berörde Clara som samtidigt fick följa hur hennes egen son tog in allt som sades.

– Jag var först lite orolig för hur han skulle ta allting, men jag tror att barn har det lättare eftersom de möter människor i stunden. Som vuxen lägger man på så

många lager och det är lätt att dra i väg i tanken kring hur många hemlösa barn det finns i Etiopien och i hela Afrika och så vidare, så det var väldigt intressant att se hur han mötte det vi såg.

**PÅ DET HEM** som Clara och Bertil besökte bor det cirka 30 barn, endast pojkar. De tas väl om hand av dels en husmor, dels en husfar, som själv bodde på gatan som liten.

– Det är rörande att se deras kärlek och omsorg om de här barnen, att det inte bara var en insats som gjordes utan att det är något långsiktigt.

En av pojkarna de mötte har bott på hemmet i nio år och drömmer om att i framtiden själv arbeta med att hjälpa andra som haft det svårt.

– Vi mötte även ett tvillingpar på åtta år, vars föräldrar precis hade dött, och som troligen kommer bo kvar på hemmet tills de blir stora och klarar sig själva. När jag frågade om de hade fått några nya vänner på centret blev svaret: ”Vadå vänner? Alla här är mina bröder, det här är min familj”, berättar Clara.

Bertil tyckte det var intressant att se hur pojkarna sov i enkla våningssängar, 4 – 6 barn i samma rum, och att med sin

mamma få se den stolthet de kände över sina få tillhörigheter.

– Insikten att någon bött så i nio år och att vissa föräldrar aldrig återfanns påverkade honom, säger Clara.

**DE HANN ÄVEN** besöka skolor i utsatta områden som Läkarmissionen är med och finansierar, där barnen får hjälp med skoluniformer och annat som kostar pengar.

– För Bertil som är väldigt skoltrött, blev det ett viktigt perspektivskifte i hur andra har det i världen när han mötte barn som var så glada över att få gå i skolan. Och av det jag såg har de bra och mjuka lärare. Även om det behövs tydliga ledare, så blir lärarna här också som en extra förälder och det var så kärleksfullt.

De besökte alla klasserna som hade repat in olika låtar som de sjöng för Clara och Bertil.

– Sen ville de att vi skulle sjunga, så vi sjöng Blinka lilla stjärna, berättar Clara och skrattar.

Nästa morgon steg de upp tidigt för att följa med några flickor uppför



Bertil tyckte det var intressant att se hur pojkarna sov i enkla våningssängar.

Entotoberget. Flickorna vandrar i tre timmar varje morgon för att plocka eucalyptuskvistar i flera timmar, som sedan säljs som ved. När de är klara bär de den tunga bördan ner för berget igen.

– Jag fick prova att lyfta men det var så tungt, och jag tränar ändå på gym. Jag förstår inte att de klarar det här nio timmar om dagen, sju dagar i veckan, året om. Och vissa hade bara flip-flops på sig.

Det Läkarmissionen jobbar med när det gäller flickorna är inledningsvis att få de som anställer dem att släppa i väg

dem så att de i alla fall får gå några timmar i skolan varje dag.

– Som svensk kan man undra varför de alls måste jobba där, man vill ju bara ta dem därifrån. Men det fanns en enorm stolthet hos alla jag mötte. Det är lätt att tänka att allt är misär, och vissa saker är bedrövliga men de visar en stolthet över att de kan försörja sig. Det märktes även hos flickorna som bar eucalyptusbördorna. De är glada över att kunna bidra till sina familjers försörjning, även om det är ett orimligt arbete som inte borde få fortsätta, säger Clara.



## INTERVJU: UNDERBARA CLARA

”Jag fick prova att lyfta men det var så tungt, och jag tränar ändå på gym.”



I nio timmar, varje dag, året om arbetar flickorna för att tjäna pengar till sina familjer. Trots att deras kroppar slits ut för tidigt är de stolta över att kunna bidra.

I mötet med flickorna är det lätt att slås av kontrasterna mellan Sverige och Etiopien, menar Clara, likaså när man ser byggarbetare som står på rangliga ställningar gjorda av bambupinnar utan säkerhetslinor. Men Clara gör en jämförelse med hur det såg ut i Sverige vid tiden för industrialismen för 150 år sen, och det är mycket som påminner.

– Även vi utnyttjade fattiga människor som fick slita ut sig och jobba med dålig säkerhet. Nu står Etiopien inför samma transformation. Man hoppas bara att landet ska orka resa sig och då är det bra med organisationer som Läkarmissionen, som bidrar till det.

Inför ett besök på ett hem för traffickingoffer, fick de under en sen kväll se stadens ”red light district”, där prostitution sker på öppen gata trots att det är förbjudet.

– Det är något helt annat att se staden på kvällen när folk bäddar in sig i kartonger, någon mamma ammar sin bebis under en presenning och unga flickor står överallt och säljer sex.

**MÅNGA AV DEM** kommer från landsbygden och har råkat illa ut och fastnat som slav åt någon hallick.

– Det är hemskt att se vad kvinnor tvingas göra för att överleva.

På det hem som Läkarmissionen stöttar bor ett tjugotal traffickingoffer som under två års tid får utbildning, läkarvård, traumabehandling och en trygg plats att landa på.

– Jag kände en stor beundran när jag mötte människorna som arbetar i de olika projekten när jag såg hur svårt och tungt det är för dem. Många har samma bakgrund som personerna de hjälper, vilket bidrar så klart.

**FÖR CLARA HAR** samarbetet med Läkarmissionen inneburit en väldigt lärorik tid, och att få åka iväg på en sådan här resa skapar många ringar på



För att skapa vägar ut ur fattigdom och utsatthet, erbjuder Läkarmissionens partner utbildningar till personer som inte har gått i skola och som saknar arbete. ”Vi såg flera exempel på kreativa och bra idéer kring hur man kan hjälpa fler till ett bättre liv. Som att hemlösa får komma och bli klippta av andra som går traineeprogram för att bli frisörer”.

vattnet, menar hon. Lusten att inspirera fler till att bli månadsgivare genom att skriva och berätta i de olika kanaler där hon rör sig, är ännu större efter resan när hon fått se allt som görs på plats.

– Man får möta människor som man inte kommer kunna släppa i första taget. Man inser värdet av att vara månadsgivare hos Läkarmissionen, att vi är med och bidrar till att barn kan gå i skolan, att de får mat och hälsokontroller. Samt att man inser vikten av att jobba med lokala partners, människor som brinner för de här verksamheterna.

Och Sverige kan verkligen göra skillnad.

– Det som är fint med att bli månadsgivare, oavsett vilken summa man kan avvara varje månad, är att det finns en långsiktighet som gör att Läkarmissionen vet vad de kan räkna med. Vi pratar mycket om att det är inflation här, men den drabbar även folket i Etiopien men med den skillnaden att där svälter de ihjäl eller blir hemlösa.

**Hur har Bertils reflektioner sett ut efter resan?**

– Han har varit berörd och har fått många insikter om hur världen ser ut, hur orättvis den är. Det var väldigt fint att jag fick ta med mig honom, för nu blir han också en ambassadör för Lä-

karmissionen precis som jag. Han ska få hålla en presentation för hela sin skola och berätta vad han har varit med om.

**ÄVEN OM DE** fick se mycket som var svårt och tungt i Etiopien, så är det inte de känslorna som präglar bilderna från resan.

– Alla besök vi gjorde med Läkarmissionen var så hoppfulla. Det är lätt att misströsta när man tänker på alla som inte får hjälp, men för dem som får hjälp är det helt livsförändrande och förhoppningen är att kunna hjälpa ännu mer om vi blir fler som ger.

# MÖTEN JAG ALDRIG GLÖMMER

Jag har den stora förmånen att få besöka Läkarmissionens olika projekt. Alla fina möten har fått mig att inse att vi människor är mycket mer lika än olika, oavsett var i världen vi bor.

TEXT: CAROLINE WESSLÉN

Den här flickan träffade jag på min första resa till DR Kongo 2016. Jag undrar hur det har gått för henne och hur hon mår i dag.

Att få möta doktor Denis Mukwege i Läkarmissionens lunchrum i Vällingby. Det är STORT!



**BILDREPORTAGE:**  
**MÖTEN JAG**  
**ALDRIG GLÖMMER**



Dessa vackra kvinnor i provinsen Quiché i Guatemala har fått lära sig läsa och skriva och bidrar nu till att sprida information om Mayafolkets medborgerliga rättigheter.

FOTO: ANNA LEDIN WIRÉN



FOTO: CAROLINE WESSLÉN

I Etiopien är kaffeceremonier viktiga. Det kan ta timmar att förbereda och tillreda kaffet enligt konstens alla regler.



FOTO: JÖRGEN BODESAND

Den här nyfödda flickan hade precis fått lämna neonatalavdelningen på Panzsjukhuset, och hennes mamma kunde andas ut.



FOTO: CAROLINE WESSLÉN

I ett av Dhakkas slumområden träffade jag den här kvinnan som ensam försörjde hela sin familj som sömmerska.



FOTO: CAROLINE WESSLÉN

Flyktinglägret Kiangwali i Uganda. Barnen har flytt sina hemländer och fått se saker inga barn skulle behöva se, men de utstrålar ändå en självklar styrka och stolthet.

# ”UTBILDNING SKAPAR FRIHET”

Bo Guldstrand har en lång gemensam historia med Läkarmissionen och dess arbete att påverka och förändra människors liv.

**B**o Guldstrand (Bosse) har varit Läkarmissionens styrelseordförande sedan 2015, men var innan dess styrelseledamot i tjugo år. Kort sagt, Bosse och Läkarmissionen har en lång, gemensam historia som är värd att berättas.

Bosse berättar målande med gester och mimik och det går inte att ta miste på hans djupa engagemang för Läkarmissionen. Att han dessutom får till meningar som gjorda för rubriker och slogans gör samtalet än mer spännande. Som när han delar med sig av vad han upplever som det viktigaste för att förändra människors liv.

– Utbildning är det som gör en människa fri. Utbildning är en biståndsinsats som ingen kan ta ifrån dig.

**HAN BERÄTTAR OM** ett möte med några kvinnor i Latinamerika som genom Läkarmissionens insatser lärde sig att läsa.

– De hade innan dess, varje morgon åkt med samma busschaufför till sina jobb som hushållsarbetare i finare områden. Men så kom en dag när det inte var den vanliga

chauffören som körde. Då blev inte kvinnorna på för de visste inte vilken buss de skulle ta. Kvinnorna kunde inte på egen hand orientera sig eftersom de inte kunde läsa skyltar. De kunde heller inte beskriva var de skulle av på ett sådant sätt att den nya chauffören skulle förstå.

– Deras värld och handlingsfrihet var starkt beroende av att de inte kunde läsa. Omvärlden växer ifrån den som inte kan det.

**BOSSE PEKAR PÅ** sambandet mellan utbildning och utveckling och hur Läkarmissionen arbetar i många länder för att frigöra människors förmåga att ta kommando över sina egna liv.

– Även den som inte kan läsa och skriva ännu kan utveckla sina drömmar genom att rita upp sin målbild. En teckning av några höns kring huset kan vara det första steget mot ett liv som inte bara handlar om daglig överlevnad. Nästa steg blir kanske att spara till en cykel för att snabbare ta sig till marknaden där äggen från hönorna säljs. Så utvecklas ett entreprenörskap.

**”Om du vill utveckla en by, då ska du satsa på kvinnorna.”**

Men det finns även en annan viktig insats som Bosse vill lyfta fram.

– Något Läkarmissionen arbetar med på flera håll är spargrupper. Det kanske låter trivalt men det är ofta en insats som växer i omfattning och som påverkar hela samhället. Både på kort och lång sikt.

Bosse berättar hur de kvinnor som är med i spargruppen, för oftast är det kvinnor, vet exakt hur mycket som finns i den gemensamma kassan.

– Om du vill utveckla en by, då ska du satsa på kvinnorna. De vet att tillsammans kan de förändra framtiden för sig och sina familjer genom att de kan låna till en get, en cykel, en symaskin, vilket gör att de kan utveckla en verksamhet som de inte kunde spara ihop till på egen hand.

– Genom att kvinnorna med det gemensamma kapitalet kan börja förändra framtiden förskjuts makt och inflytande från att bara ha legat hos männen till att nu också omfatta kvinnorna.

Spargrupper driver jämställdheten framåt. Dess-

utom kan kapitalet som finns användas, till exempel om någon blir sjuk och inte kan arbeta så finns det möjlighet till en slags sjukkasse.

**NÄSTA BERÄTTELSE** som Bosse väljer att fokusera på handlar om det Läkarmissionen kallar för ett holistiskt arbetssätt.

– Alla behöver vatten, eller hur? Det arbetar Läkarmissionen med i många länder, särskilt i Afrika. När en brunn ska borrar i ett samhälle görs en överenskommelse. Nästan jämt är det kvinnor och flickor som ansvarar för vattenförsörjningen och den tar ofta mycket av deras tid. En del av överenskommelsen innebär att den tid som frigörs för kvinnorna när de inte längre behöver gå långa sträckor för att hämta vatten ska användas till att gå i skolan.

Och återigen leds samtalet in på utbildning som vägen mot frihet.

– Förutom att de får lära sig läsa, skriva och räkna så får de också utbildning om spargrupper och det vi kan kalla för entreprenörskap. När vatten finns, när kunskapen finns, och idéerna känns möjliga, då kan mycket förändras. Att börja plantera träd som ger skugga, frukt och bränsle och att börja odla grönsaker är bara ett litet steg bort.

Odlingarna ger familjerna mat men också en möjlighet till överskott som kan säljas. I och med odlingarna skapas ett mer gynnsamt mikroklimat. Förutom att det rena vattnet ger omedelbar skillnad när det gäller livskvaliteten så ger det också långsiktiga effekter. Vattnet skapar möjligheter för utveckling, för en bättre framtid, för ekonomisk och klimatomfattig uthållighet.

– Och den förväntan som finns i en hel by när borrhandet efter vatten är igång. Den känslan är oslagbar!

Bosse har många berättelser om hur Läkarmissionen har kunnat förändra livet långsiktigt för människor. Han får själv avsluta genom att sammanfatta det han mest brunnit för genom åren.

– Utbildning öppnar upp och kan förändra världen.

EVA ADEEN



## BO GULDSTRAND

**Ålder:** 70 år.

**Bor:** Danderyd, Stockholm.

**Gör:** Ordförande i Läkarmissionens styrelse sedan 2015.

**Familj:** Hustrun Marie, som är läkare, och de vuxna barnen Frank och Gloria.

## Samlade in 70 000

I samband med Bosse Guldstrands 70-årsdag kunde de som ville skänka en gåva till Läkarmissionens arbete istället för att köpa presenter.

Insamlingen landade på 70 000 kr. Pengarna går till unga människor i fattiga delar av Addis Abeba, Bukarest och Rio de Janeiro, som nu får en chans till utbildning och en bättre framtid.



FOTO: LÄKARMISSIONEN

Sara Ångström, ordförande för Ateas hjälpande händer, lämnar över en check på en miljon kronor till Läkarmissionens marknadschef Hanna Rosell.

## Generösa medarbetare gör skillnad

Kyeshero- och Panzisjukhuset får en miljon av IT-företaget Ateas medarbetarfond.

**Ateas hjälpande händer är en medarbetarfond som gör stor skillnad genom att för-ena de anställdas generositet med företagets engagemang.**

Varje månad väljer Atea Sveriges medarbetare att donera en del av sin lön till fonden, och företaget matchar deras bidrag.

Årets bidrag från Ateas hjälpande händer omfattar en donation på hela 1 miljon kronor. En avgörande insats för två sjukhus i DR Kongo, Kyesherosjukhuset och Panzisjukhuset. Tillsammans

spelar sjukhusen en viktig roll i att stödja kvinnor som drabbats av sexuellt våld och barn som drabbats av undernäring.

– För varje enskild individ kan stödet vara livsavgörande och för varje år avdelningen är igång sprider sig ordet allt mer om att hjälp finns att få. Våra 900 månadsgivare gör det möjligt att fortsätta stötta sjukhuset, vilket gör mig otroligt stolt, säger Sara Ångström, ordförande för Ateas hjälpande händer.

HANNA ROSELL



FOTO: HAKAN FLANK

900 anställda hos IT-företaget Atea har valt att bli månadsgivare för att stödja verksamheten på Kyeshero- och Panzisjukhuset i DR Kongo.

## Gibson vill höja kunskapen inom jordbruk och miljö

Läkarmissionen är en av ledarna bakom Kenya4Resilience (K4R) vars uppdrag är att ge människor på såväl lokal som nationell och global nivå möjlighet att stärka sin kunskap inom jordbruk, klimat och miljö.

Målet för Kenya4Resilience är att bygga motståndskraftiga samhällen.

Gibson Mwaita leder K4Rs sekretariat och han har sedan arbetet startade 2018 sett en enorm inverkan på alla samhällsnivåer.

– På lokal nivå har vi sett en ökad och förbättrad motståndskraft i samhället. Vi har till exempel jordbrukare som har förbättrat sin jordbruksproduktion genom klimatsmart jordbruk. Vi har också jordbrukare som förbättrat sin förmåga att hantera katastrofer.

Gibson ger ett exempel från Tana River i sydöstra Kenya, där översvämningar är ett återkommande problem.

– Vi ger dem kunskap för att bygga nedsänkta bäddar, där de fångar upp vatten och planterar kortsiktiga grödor. De ser nu översvämningar som en möjlighet snarare än en tragedi.

Just det är något som Gibson ser som sin drivkraft för att fortsätta arbetet – att människor som lever i fattigdom ges verktyg till att själva hantera och stå emot de utmaningar som klimatförändringarna för med sig.

Förutom den inverkan han har sett sitt arbete ha på



FOTO: LÄKARMISSIONEN

Gibson Mwaita.

**”Jag vill göra verklig skillnad och stödja människor som står inför utmaningar.”**

lokal nivå förklarar han hur projekten bidragit till att öka deras samarbetspartners förståelse och kapacitet till att vara motståndskraftiga.

– Nu har vi organisationer som utformar program som integrerar resiliens, klimat och miljö på ett tydligt sätt.

Samtidigt har K4R varit med i utvecklingen av olika nationella strategier för att hantera risker – till exempel Kenyas nationella strategi för katastrofhantering. Och det är sådant som stärker Gibson i det arbete han utför.

– Jag vill göra verklig skillnad och stödja människor som står inför stora utmaningar. Jag vill lämna ett positivt avtryck hos alla jag möter, i synnerhet de som lever i utsatthet och utanförskap. Min önskan är att hjälpa dem att förändra sin situation till det bättre.

MOA LINDGREN

# KUNSKAP ATT HÄVDA SIN RÄTT I SAMHÄLLET

”Vi har rättigheter” kan tyckas vara ett nästan självklart påstående i en svensk kontext. Men för invånarna i Sussundenga- och Manicaregionen i Moçambique är det en nyvunnen insikt.

TEXT: ANDREAS KLAWITTER

Det fjärde hållbarhetsmålet – God utbildning för alla – har ofta beskrivits som en förutsättning för många av de andra målen för en hållbar utveckling, vilket blev synnerligen påtagligt i Sussandenga- och Manicaregionen i Moçambique under Läkarmissionens samarbete med organisationen Alfalit Moçambique.

Skriv- och läskunnighetskurser och utbildningar i mänskliga rättigheter kombinerat med den medborgarstärkande metoden ”Social Audit” ledde till förändringar som tidigare var otänkbara. Fler borrhål för brunnar, nya skolor, bättre infrastruktur och ett starkt civilsamhälle för att nämna

några. Till och med graden av för tidiga äktenskap hos unga flickor minskade som konsekvens av byarnas nyvunna förmåga och engagemang att samskapa sin egen framtid genom organiserade påverkanskampanjer.

**MÅNGA INVÅNARE PÅ** landsbygden i Moçambique är i dag analfabeter och saknar därför möjligheter att hävda sig gentemot de beslutsprocesser de exkluderas från. Det lämnar fritt spelrum för lokala myndigheter att varken respektera eller efterfölja sina medborgares mänskliga rättigheter vilket spår på marginaliseringen, sårbarheten och fattigdomen hos lokalsamhällena

på landsbygden. Krig har ytterligare försämrat möjligheterna till utbildning vilket har drabbat unga flickor och kvinnor särskilt hårt då tidigt barnafödande förhindrar dem från att återgå till skolan.

Social Audit (på svenska social revision) handlar om att sänka trösklarna för medborgare att kunna hävda sina rättigheter gentemot skyldighetsbärare. I Sussandenga- och Manicaregionen har skriv- och läskunnigheten använts för att göra just detta. Genom att lära sig skriva, läsa och räkna kunde de visa på hur exakt myndigheter misslyckats med sina skyldigheter. I det andra skedet mobiliserade byarna kommittéer



Via den medborgarstärkande metoden ”Social Audit” kunde kvinnor i lokalsamhällena beväpnade med sin nyvunna skriv- och läskunnighet ställa makthavare till svars.

FOTO: LÄKARMISSIONEN

”Genom att förespråka utbildning ger vi hopp och framtid för de yngre generationerna.”

som ihärdigt utkrävde ansvar via brev till makthavare på att leva upp till deras roll som skyldighetsbärare och tillgodose deras utveckling och mänskliga rättigheter.

Sedan 2021 har tio kommittéer bildats och de har blivit navet där byarnas invånare kan delta i meningsfulla samtal om deras gemensamma framtid.

Många från lokalsamhällena i regionerna berättade att de länge känt till de problem som hindrade deras samhällen

från att utvecklas innan programmet startades 2021. Men insikten om att ”vi har rättigheter” medgav ett paradigmskifte i förståelsen kring orsakerna till problemen. De var inte naturgivna och olösliga – de var en konsekvens av statlig negligering och lösningen fanns i den politiska kraft som skapades när lokalsamhällena gemensamt hävdade sina rättigheter.

Men den innovativa kombinationen av läskunnighetsprogram och Social

Audit skapade inte bara plattformar för kollektiv och inkluderande förändring. För många av kvinnorna var det också en nystart i livet.

– **JAG GICK MED** i kommittén eftersom många människors röst är högre än en. Det bästa hittills har varit vår nya gymnasieskola som jag är väldigt stolt över. Genom att förespråka utbildning ger vi hopp och framtid för de yngre generationerna. Jag skulle vilja råda mina systrar som inte gick i skolan tidigare i livet att komma och studera, det är aldrig för sent. Kom och förändra era liv, sa en av deltagarna på Alfalits läskunnighetsprogram.



Milward Mwamvani.  
 Chef för Läkarmissionens  
 humanitära arbete.

# ”Mitt hopp är att kärleken ska segra”

person med en annan hudfärg. Moldavien, ett land med en kämpande ekonomi och en befolkning som möter utmaningar, bjöd in mig till en annan värld. Här såg jag modiga människor som kämpade för att skapa bättre förutsättningar för sig själva och sina samhällen. Samtidigt bevittnade jag flyktingkrisens smärta. Ukrainska familjer som tvingats lämna allt för att söka trygghet och ett bättre liv. Det blev en påminnelse om hur skört vårt samhälle är och om behovet av medkänsla och solidaritet. Kriget i Ukraina har haft en massiv inverkan över hela världen, men när man sätter ansikten och namn på de siffror som andra bara läser om i nyheterna, gör det skillnad. Det får ditt hjärta att blöda.

**G**enom åren har jag besökt många platser runt om i världen. Trevliga platser, men också några av de sorgligaste på jorden.

När jag reser försöker jag alltid observera. En vis person sa en gång att när vi reser lär vi oss. Vissa lektioner kan vara smärtsamma, medan andra är berikande. Båda leder till växande på något sätt.

En av mina säkerhetstränare påminde mig en gång om riskerna med att sova medan jag reste, att det kan vara ett säkerhetsshot. Men jag tror att du då också går miste om sådant du annars skulle se längs vägen. Så jag sover inte utan tar in det jag ser.

Så var det i augusti i år när jag besökte vårt arbete i Rumänien och Moldavien. Det var en vecka full av lärdomar. Jag har varit i Rumänien tidigare, men det var mitt första besök i Moldavien. Jag drevs av en nyfikenhet att lära mig och en vilja att förstå, och mina dagar fylldes med möten som skapade både beundran och sorg i mitt hjärta.

**I RUMÄNIEN, LANDET** med en rik historia som målas ut i arkitektur och kultur, möttes jag av projekt som andades hopp och framsteg. Jag besökte en skola där barn som annars inte har möjlighet att gå i skolan har tillgång till utbildning. Det blev en påminnelse om att små förändringar kan skapa enorma skillnader i människors liv. Det som också fasci-



FOTO: HAKAN FÄRJE

”Små förändringar kan skapa enorma skillnader i människors liv.”

nerade mig var att jag förmodligen var den första svarta personen som besökte byn där vi har ett utbildningsprojekt, samt den lilla staden Purcari i Moldavien. Det förändrade vår planering för dagen då nyfikenhet hos barnen ledde till en justering av våra aktiviteter. Det påminde mig om tillfällena när jag har sett samma reaktion hos barn i svarta majoritetssamhällen när de mött en

**FÖR MIG VAR** den mest gripande delen av resan att se vänligheten och generositeten i Moldavien. Landet är fattigt. När jag tittade ut genom bilfönstret kändes det ibland som att jag åkte genom några av de platser jag har varit på i Afrika. Jag trodde inte att jag någonsin skulle se det i Europa. Men den vänlighet och generositet de har visat sina ukrainska grannar är slående. När jag besökte några av flyktingarna från Ukraina kunde jag se och känna uppskattningen för det välkomnande och det stöd de har fått. Samhällen har valt att ignorera sin egen brist för att stödja dem som

desperat behöver hjälp. Det är vad jag kallar medmänsklighet!

När jag gick genom Purcaris vackra vingårdar en morgon undrade jag hur människor kunde vara så elaka mot varandra. Det måste finnas ett sätt att låta mänskligheten övervinna girighet och självviskhet för en värld där kärleken styr. Och det hoppet håller mig igång, att kärleken en dag ska segra.



FOTO: ERIKA STENLUND

## Hitta dina julklappar i Läkarmissionens gåvoshop

**Att bidra till något värdefullt skapar äkta julglädje. Köp de finaste klapparna till vänner och familj i vår gåvoshop.**

I vår gåvoshop finns väl utvalda julgävor som gör skillnad på riktigt. Välj ett projekt som känns rätt i hjärtat! Du får ett fint gåvobevis att ge bort och ger samtidigt någon annan en chans till ett bättre liv.

Vi har även julgävogram - ge bort ett vackert gåvokort

till någon du tänker på i jul. Beställ dina julgävogram på [lakarmissionen.se](http://lakarmissionen.se).

Du kan också ringa oss på 08-620 02 00, men vill du skicka fler än tre gåvogram ber vi dig mejla till [info@lakarmissionen.se](mailto:info@lakarmissionen.se).

**Tänk på att beställa dina julgävor i god tid så att de säkert hinner fram till jul. Vid frågor: mejla till [info@lakarmissionen.se](mailto:info@lakarmissionen.se) Vi hjälper dig gärna!**

### Gåvoshopens fem i topp!

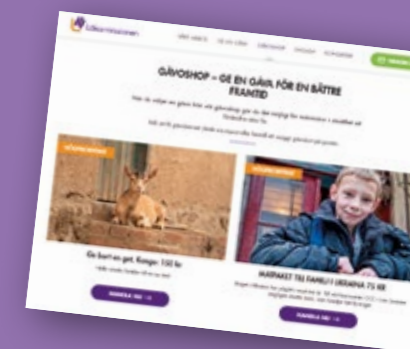
- 1** > Där det bäst behövs. Förra året gick dessa gåvor till Ukraina.
- 2** > Ge bort en get, Kongo. Storfavorit varje jul.
- 3** > Brunnsborrning i Niger. Vatten är alltid lika aktuellt.
- 4** > Rädda livet på ett undernärt barn. Känns extra starkt när det är jul.
- 5** > Trädplantering. Träd för planetens hälsa känns fint att ge som gåva.

### 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](http://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.



Lätt

		5		3				
9		2	6		1			
1	7				9		6	5
4						7		2
	9						5	4
	5		4	7	6	1		
								6
6			7	2				
5			3			9	4	

Medelsvår

			7					4
						6	9	
			2		1	7		
			1	3				
6		9					4	
	2				7			
8	6			1				2
	3	4						
2	4	8						3

Fyll i de tomma rutorna så att alla siffror från 1-9 finns med i varje lodrät och vågrät rad, samt i varje fält med 9 rutor.



Krysslösning september

Här är det rätta svaret på korsordet i septembernumret 2023. Ett stort grattis till Yvonne Tholén, Tjällmo, Lenart Törngren, Enskede och Annika Söderberg, Örebro, som vann *Vägmärken* av Dag Hammarskjöld.

**VÄRDIGT LIV, HÅLLBAR VÄRLD**

Om du blir månadsgivare nu får du boken som berättar historien om Läkarmissionen i gåva. Gå in och anmäl dig på [lakarmissionen.se/lmbok](http://lakarmissionen.se/lmbok) Du kan också swisha en gåva på minst 250 kronor till 90 00 217 och ange lmbok så skickar vi boken till dig.

Konstruktion: Text & Bild Lars Fridestig

Klipp ut och skicka!

Ges ut av Läkarmissionen och är en organisations- och medlemstidning

Gåvor till Läkarmissionen på plusgiro 90 00 21-7

Swish: 90 00 217

**Ansvarig utgivare:**  
Eva Nordenstam von Delwig  
**Generalsekreterare:**  
Josephine Sundqvist  
**Biståndsprojekt:**  
Andreas Zetterlund  
**Redaktör:**  
Therese Hedlund  
**Redigering:**  
PW Design

**Givarservice:**  
[info@lakarmissionen.se](mailto:info@lakarmissionen.se)  
**Annonsbokning:**  
Hanna Rosell  
[hanna.rosell@lakarmissionen.se](mailto:hanna.rosell@lakarmissionen.se)  
**Tryckeri:**  
V-TAB, Vimmerby

**Postadress:**  
Läkarmissionen  
162 88 Vällingby  
**Telefon:**  
08-620 02 00 växel  
**Hemsida:**  
[www.lakarmissionen.se](http://www.lakarmissionen.se)  
**E-postadress:**  
[info@lakarmissionen.se](mailto:info@lakarmissionen.se)

Novemberkrysset

Du behöver inte skicka in hela krysset. Fyll bara i tävlingskupongen här bredvid eller skriv svaren på ett vykort. Skicka till: Läkarmissionen, 162 88 Vällingby. Märk kuvertet "Journalenkrysset nummer 4, 2023". Senast den 10 januari 2024 vill vi ha ditt svar. De tre först öppnade rätta lösningarna vinner *Vises på andra sidan*, av Carina Nunstedt.

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 Namn .....

Adress .....

Postadress .....





Besök  
vår gåvoshop  
[lakarmissionen.se](http://lakarmissionen.se)  
eller swisha\* valfritt  
belopp till 90 00 217

**GOD JUL!**

\*gåvobevis kan bara beställas  
via [lakarmissionen.se](http://lakarmissionen.se)



90 kr

**Rädda livet på ett undernärt barn, Kongo.** I konfliktdrabbade DR Kongo dör åtta av hundra barn innan de hunnit fylla fem år. Hjälp ett barn att överleva!

## ÅRETS FINASTE KLAPPAR FÖR EN BÄTTRE FRAMTID

Gör en insats i jul. En gåva till Läkarmissionens utvalda projekt är en gåva för en bättre framtid. Skänker du via [lakarmissionen.se](http://lakarmissionen.se) så får du ett fint gåvobevis att ge bort i julklapp till någon du bryr dig om.



180 kr

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



250 kr

**Hjälp till familjer i Ukraina.** Kriget i Ukraina har pågått i snart två år. Läkarmissionen finns på plats i landet och bistår människor med sjukvårdsmaterial, filter, varma kläder och matkassar.



150 kr

**Ge bort en get.** Hjälp familjer i utsatthet till en ny start.



75 kr

**Stöd till utbildning** är den bästa hjälp till självhjälp du kan ge.



60 kr

**Trädplantering.** Få insatser har så positiva effekter som trädplantering.

