

# SVENSKA JOURNALEN

LÄKARMISSIONENS MEDLEMS-  
OCH ORGANISATIONSTIDNING  
NR 5 DECEMBER 2020 ÅRGÅNG 96

Kabika Jeannette med  
ett av sina fyra barn,  
Deborah Ntakobajira

50

Så många undernärda  
barn kommer varje månad  
till Panzisjukhusets  
nutritionsavdelning.

# Räddad till livet



## MÄKLARINGEN BYGGER HUS I FLYKTINGLÄGRET KYANGWALI UGANDA



Mäklarringen har länge stöttat Läkarmissionens arbete. Samarbetet inleddes 2013 och vi tänker fortsätta ge fler barn chansen och möjligheten till ett bra liv och en bättre framtid.

Nytt för oss är att vi stöttar flyktinglägret Kyangwali i västra Uganda genom att bygga hus. Ytterligare ett steg i vårt långsiktiga arbete att hjälpa barn på flykt.

[www.maklarringen.se](http://www.maklarringen.se)



## VI HJÄLPER OMRÅDEN, FÖRETAG OCH MÄNNISKOR ATT VÄXA

När nya företag kan etablera sig och erbjuda arbetstillfällen skapar det liv och rörelse på platser som tidigare har varit öde, och gör skillnad i människors vardag. Det tycker vi är bra! Vi är ett fastighetsbolag som utvecklar kontors- och industrilokaler i expansiva områden i Stockholmsregionen. Du läser mer om oss på [stendorren.se](http://stendorren.se)

STENDORREN

*Lokaler som gör skillnad.*

# HEJ!

VÄLKOMMEN TILL SVENSKA JOURNALEN NR 5, 2020



## Undernärda barn får hjälp till livet

**B**arn och mat blir lätt en laddad kombination. Det börjar direkt på BVC där barnet ska följa sin kurva. Sedan finns det otaliga forum i verkliga livet och på nätet med föräldrar som uttrycker oro över barn som vägrar äta det ena eller det andra, eller enbart äter något totalt näringsfattigt. I det här numret får vi följa med till nutritionsavdelningen på Panzsjukhuset där undernärda barn får hjälp tillbaka till livet. Och även om svält är väldigt långt från oss, så tycker jag att tanken kommer åt mig: Hur skulle det vara att se sitt barn hungrigt och inte kunna göra något?

Doktor Archippe Birindwa, barnläkare på Panzsjukhuset, sa nyligen. "Ett akut undernärt barn reagerar inte på mänsklig kontakt utan vänder sig inåt för att förbereda sig på sin död. När barnet har fått i sig näring en tid kommer ögonblicket då det lämnar sin isolering och ler. Det är det vackraste och mest fantastiska man kan vara med om som sjukvårdspersonal och människa."

Vi behöver alla mat för att överleva. I Sverige har vi ingen matbrist men andra problem kopplade till maten som övervikt och ätstörningar. Så vi behöver tänka till, både här och där!

Tänker att jag ska köpa en julklapp från Läkarmissionens gåvoshop i år, mat till ett undernärt barn för 90 kronor. Och det blir inga nyårslöften kopplade till något som har med mat eller vikt att göra.

EVA NORDENSTAM VON DELWIG  
INFORMATIONANSVARIG PÅ LÄKARMISSIONEN



FOTO: MARTINA HOLMBERG

## Lilla Deborah räddades från undernäring. Sid 8



FOTO: HANS-JÖRGEN RAMSTEDT

- 04 **Sång på distans.** Sjung för livet med oss, på distans.
- 05 **Världens Barn.** Många var med och samlade in pengar till Världens Barn.
- 06 **Stickade mössor.** Värmer barn i Kongo.
- 07 **Läkarmissionens generalsekreterare Lars Arrhenius tackar för två spännande år.**

## Pojkar får hopp inför framtiden. Sid 18



FOTO: PRESSBILD

- 22 **Hemarbete.** Lydia, 18, hakade på Läkarmissionens stickuppdrag.
- 24 **Flygande covidlabb.** Lättnad när covid-testerna nådde DR Kongo.
- 26 **Tuffa mål.** Världsläget gör det tufft att uppfylla FN:s Globala mål.
- 28 **Annika Hagström: "Sorgen och glädjen de vandra tillsammans" heter det i psalmen.**

## Farmors minne får Vivi att hjälpa. Sid 14

## Läkarmissionen

LÄKARMISSIONEN är en biståndsorganisation som verkar för hållbar fattigdomsbekämpning utifrån ett rättighetsperspektiv. Läkarmissionen startade 1958 och har utsatta kvinnor och barn som en primär målgrupp. Från och med 2019 är International Aid Services, vars fokus är vatten och sanitet, en del av Läkarmissionen. Det gemensamma arbetet leds från Läkarmissionens huvudkontor i Vällingby. Insatserna görs främst i Afrika men även i Latinamerika, Asien och Östeuropa. Verksamheten finansieras till största delen genom insamling från allmänheten i Sverige och institutionella bidrag. Läs mer på [lakarmissionen.se](http://lakarmissionen.se).



Kabika Jeanette med sin tvååriga dotter Deborah Nta-kobajira.

Foto: Martina Homberg.

68

Nedstängda samhällen har stort vaccinerings i 68 länder enligt WHO.



FOTO: HÅKAN FLANK

86

procent av grundskoleeleverna i utvecklingsländer har fått pausa sin skolgång på grund av pandemin.

9,1

procent beräknas fattigdomsnivån bland kvinnor stiga till på grund av pandemin. (Bedömning av UN Women)



FOTO: ELMUR

## Körsång på distans

Sånger för Livet introducerar coronaanpassat körmaterial.

Att sjunga i kör är en alldeles speciell gemenskap som ger energi och glädje. I år är det många körsångare som fått avstå denna glädjande aktivitet.

Körsång har visat sig vara en riktigt smittspridare i

pandemitider. Nu lanserar körprojektet Sånger för Livet, ett coronaanpassat instuderingsmaterial.

Sjung för livet med det fina materialet – ett perfekt sätt att hålla igång stämband och sångröst på lite avstånd till dina körkamrater!

Nu kan du vara med och sjunga hemifrån.

Under februari och mars 2021 hoppas vi kunna sjunga tillsammans igen, till dess kan man öva sångerna och hålla igång rösten på distans.

Du kan prova på materialet till en av sångerna gratis – besök [www.lakarmissionen.se](http://www.lakarmissionen.se). Vill du anmäla dig direkt gör du det här: [anna.olofsson@lakarmissionen.se](mailto:anna.olofsson@lakarmissionen.se).

## Julens finaste gåva

Du vet väl att Läkarmissionen har speciella julgåvogram? Ett fint sätt att visa uppskattning till någon som du tänker på under julen, samtidigt som du ger någon chansen till ett bättre liv.

Under fliken Gåvogram på [lakarmissionen.se](http://lakarmissionen.se) beställer du våra julgåvogram. Du kan också ringa 08-620 02 00.

Vill du skicka fler än tre gåvogram ber vi dig mejla [info@lakarmissionen.se](mailto:info@lakarmissionen.se).  
*Hälsningar från Titti, Helen och Marie på Läkarmissionens Givarservice*



FOTO: PRESSBILD

## Pandemin kunde inte stoppa insamlingen

Över 60 miljoner kronor har samlats in till Världens Barn.

År 2020 skulle bli ett utmanande och svårt år för alla i världen, och barnen har drabbats och kommer att drabbas hårt av konsekvenserna av coronaviruset.

Därför är det helt otroligt vilket engagemang denna in-

samling har resulterat i som hittills har gett 60,7 miljoner till Världens Barn.

Frivilliga som har ställt upp, engagemanget från barn och unga, kommuner och län. Insamlingen har även utmanat människors kreativitet, för att samla in pengar

i coronatider är sannerligen inte en enkel uppgift.

Men det har sålts bullar, det har sprungits på distans för världens barn, skolor har arrangerat tipspromenader och loppisar. Visst är det otroligt att vi i dessa tider visar att inte ens en pandemi kan stoppa en insamling för världens barn?

## ”TACK till er alla som gett en gåva till Panzsjukhuset!”

I förra numret fick Svenska Journalens läsare lära känna Fru Vintage, Marlene Agemo. För att fira att hon fyllde 50 år den 1 november ville hon ge fler chansen till en bra start i livet.

Via sociala medier bad hon vänner och följare att stötta nutritionsavdelningen på Panzsjukhuset, istället för att komma med blommor och paket till henne.

Målet att bekosta 50



platser på avdelningen för undernärda spädbarn nåddes vid lunch första dagen, och pengar fortsatte att strömma in.

Slutresultatet blev 253 platser för undernärda barn som nu får möjlighet att överleva och bli starkare.

– Det är ju helt makalöst fantastiskt, jag är överväl-

digad, tårögd och väldigt, väldigt glad!

TACK till alla er som varit med och bidragit, skrev Marlene efteråt på instagram.

Tack säger även vi på Läkarmissionen, både till Marlene Agemo och till alla som varit med och bidragit till att rädda liv.

Vill du också stötta nutritionsavdelningen på Panzsjukhuset, swisha 90 kronor eller annat valfritt belopp till 90 00 217. Märk med FRUVINTAGE50



## Aktion Julklappen pausar

I vanliga fall brukar tusentals julklappar vara på väg från svenska skolbarn till jämnåriga i östra Europa så här års. I år är dock Aktion Julklappen inställd.

Human Bridge som ansvarar för transporter har fått ställa om sin verksamhet på grund av covid-19. Dock kommer några eftersläpande julklappar som missade deadline förra året att skickas ner nu.

– Vi har 282 julklappar kvar i depån, som vi skickar till Moldavien så inte tablettaskarna blir för gamla, säger Annika Ekholm Fröding på Human Bridge.

Aktion Julklappen kommer även att ta en paus under 2021.

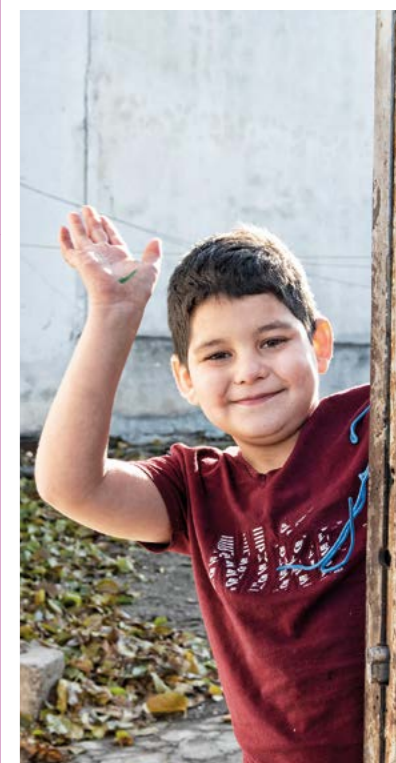


FOTO: HÅKAN FLANK



DR KONGO  
2020.10.05



Demokratiska republiken Kongo är ett av de minst jämställda länderna i världen. I Gender Gap Report 2020 kom landet på plats 149 av 153 länder. Könsbaserat våld riktat mot kvinnor och flickor är mycket vanligt.

FOTO: MARTINA HOLMBERG

## 50 kartonger stickade mössor på väg till Panzi

I slutet av december följer mössorna som SVJ-läsarna har stickat med en container till Panzsjukhuset. Det blev totalt över 50 flyttkartonger fyllda med unika mössor. Ett fantastiskt resultat!

Redan i slutet av september när fotografen Martina Holmberg skulle till Panzsjukhuset fick hon ta med sig några mössor att överlämna till mammor på BB-avdelningen.

Läkarmissionen stöder flera sjukvårdsinsatser i Kongo så vissa av mössorna får följa med dit. Varje mössa är ett synligt bevis på omsorg och omtanke från människor i Sverige!

Tack alla ni som var med och stickade till barnen!

## I KORTHET



FOTO: MARTINA HOLMBERG

Offren för det sexuella våldet behöver läkas till kropp och själ. Men förövarna behöver också kunna ställas till svars för vad de har gjort.

# Förövare bör ställas till svars

Utredning om vem som begått övergrepp gjordes - inget hände.

För 10 år sedan släpptes en omfattande FN-rapport som kartlade krigsförbrytelser i DR Kongo för åren 1993-2003.

Rapporten innehåller dokumentation av de allvarligaste kränkningarna av de mänskliga rättigheterna. Fortfarande har inga åtgärder vidtagits för att straffa förövarna och offren står utan ersättning, rättvisa och ett erkännande. Fredspristagaren Denis

Mukwege har i mer än 20 år drivit ett outtröttligt arbete för alla de kvinnor och barn som utsatts för sexuellt våld.

Den första oktober hölls stora demonstrationer i Kongo men också i många andra länder för att kräva rättvisa och genomförande av det som rekommenderades i rapporten, bland annat en internationell tribunal för att hjälpa överlevande att få den upprättelse som de förtjänar.

## Nu börjar en ny resa

Tack för två spännande och intensiva år med Läkarmissionen. En stor del av min tid har jag ägnat åt övertagandet av IAS vilket har inneburit att Läkarmissionens verksamhet vuxit med nästan det dubbla.

Utöver de projekt vi stödjer via olika organisationer har vi nu också egna landkontor i sju länder och vi har tre regionkontor. När en organisation växer så kraftigt innebär det en hel del utmaningar men vi är idag redo för en ny resa där vi kommer göra skillnad för ännu flera människor runtom i världen.

Det jag aldrig kommer glömma från min tid här är mötena med de människor som tack vare stöd från Läkarmissionen fått kraft att förändra sina liv.

*Chantale.* Kvinnan jag mötte i Kongo på Kyeshero-sjukhuset i Goma som misshandlats, våldtagits och lämnats för att dö men som tack vare Läkarmissionen nu bygger en ny framtid och som åter känner sig som en människa.

*Mado.* Den femåriga flickan jag mötte i Shabunda i Kongos djupa urskog. Flickan som tack vare att hon transporterades med MAF till Panzsjukhuset och Dr Denis Mukwege räddades till livet.

*Badaïjo.* Kvinnan jag mötte i Niger, landet som enligt FN är ett av världens allra fattigaste länder, vars liv förändrats genom att hon fick vatten från en borrbrunn mitt i byn.

Listan kan göras lång. I Recife i Brasilien mötte jag Carla, Maria och Andrea, tre kvinnor som i vuxen ålder, tack vare Läkarmissionens

alfabetiseringsprojekt, lärt sig att skriva och läsa. Jag tänker på Rose i Etiopien som räddats från ett liv i prostitution, Jeanette i Uganda som levde på gatan men nu fått utbildning och en familj att bo hos. Eller Sofia som jag mötte i en isolerad, extremt fattig by i Rumänien och som var den första flickan i den romska byn som tack vare vår hjälp fått möjlighet att gå på gymnasiet.

Många av de jag mött är kvinnor och i vår nya strategi vill vi prioritera insatser för kvinnor och barn. Ett av skälen är att de ofta är de mest utsatta, men det främsta skälet är att kvinnor ofta har en nyckelroll när det kommer till att skapa hållbar och långsiktig förändring. De tar inte bara ansvar för sig själva utan för hela samhället vilket leder till en positiv förändring för många fler.

Det här är Lars Arrhenius sista krönika i Svenska Journalen. Lars är utsedd till ny Diskrimineringsombudsman (DO). Vi önskar lycka till!

LARS ARRHENIUS  
GENERALSEKRETERARE PÅ LÄKARMISSIONEN



# HÄR RÄDDAR MAN LIV

Fattigdomen i DR Kongo är utbredd. Behovet av hjälp akut. Väpnade konflikter i byarna tvingar många att fly till storstäderna där det är svårt att odla mat. På nutritionsavdelningen på Panzisjukhuset behandlas drygt femtio barn i månaden mot undernäring.

TEXT OCH FOTO: MARTINA HOLMBERG

– Både jag och min man saknar arbete och jag vet inte hur vi ska ge vårt barn mat, säger Fadhilli Samsoni från byn Uvira.



Kabika Jeanette har inte något jobb. Med fyra barns magar att mätta, är undernäring ett ständigt hot.



N

utritionisten Sylvain Matabaro kör oss på gropiga grusvägar till byn Ruzizi, en kvarts bilfärd från Panzisjukhuset. Röken från en soptipp sveper som en tjock dimma över byn och några pojkar rotar förstrött bland soporna. I bakgrunden tornar Rwandas bördiga och grönkädda berg fram som en målad kuliss.

Endast floden Ruzizi, med samma namn som byn, skiljer DR Kongo från Rwanda. Oroligheterna i den här delen av Kongo har gjort att många tvingats fly från byar med väpnade konflikter till de större städerna där det är svårare att odla sin mat. Det är en av orsakerna till att undernäringen är så utbredd, berättar Sylvain Matabaro.

80 procent av befolkningen lever i fattigdom och de flesta saknar försörjning. Det är också vanligt med stora familjer vilket gör det svårt att få maten som finns att räcka till alla.

– Vi försöker prata med familjerna som kommer till nutritionsavdelningen på Panzisjukhuset om att inte skaffa så många barn, berättar Sylvain.

**KABIKA JEANNETTE SITTER** också i bilen med ett av sina fyra barn, Deborah Ntakobajira, som är två år. Deborah har precis avslutat behandlingen på nutritionsavdelningen och hennes mamma vill nu visa oss deras hem.

– Jag märkte att Deborah började

dricka stora mängder vatten. Kroppen svullnade upp och huden blev blåfläckig. Grannarna i byn berättade om nutritionsavdelningen på Panzisjukhuset så jag tog henne dit, säger hon medan vi tar oss fram längs vägen.

Enligt Sylvain lider 90 procent av de undernärda barnen av proteinbrist. När kroppen inte får protein rinner vätska ut i lederna vilket orsakar svullnad. Det är ett livshotande tillstånd om det inte behandlas och många barn som inte får vård riskerar att dö. Nutritionsavdelningen får in 50–60 barn i månaden från 17 olika byar. De har även en uppsökande verksamhet där personalen åker till byarna och letar efter undernärda barn. Programmet som stöds av Läkarmissionen består av ett team med nutritionister, doktorer och sjuksköterskor. Behandlingen tar ungefär tre veckor. Efter det försöker man följa upp familjerna så gott det går.

– De värst drabbade familjerna tilldelas en gris, säd och redskap för odling. Därefter återvänder vi med jämna mellanrum för att se hur familjerna mår och hur de brukar åkern.

**DET ÄR BÖRJAN PÅ** regnperioden och marken är lerig. På ett ställe balanserar bilen över två rangliga träplankor fästa över ett djupt dike. Sylvain navigerar över dikesgrenen och vi närmar oss Kabikas hem.

Huset ligger ovanför floden med hisnande utsikt över Rwandas dimmiga berg.

Pappa Ntakobajira Michel och de övriga barnen möter oss vid slutningen och visar oss in i ett litet rum med golvet täckt av sand. Här finns en träsoffa, en ranglig stol och en plastpall. Det är vad som ryms. Barnen sätter sig runt föräldrarna och lilla Deborah somnar snart i Kabikas famn.

– I dag mår hon bra men jag är rädd att hon ska bli sjuk igen. Varken jag eller min man har något jobb och vi har fyra magar att mätta. Vi försöker odla till

”Jag märkte att Deborah började dricka stora mängder vatten. Kroppen svullnade upp och huden blev blåfläckig.”



Jean de Dieu.



Aline Abinamwiso med sin son Jordan.



Velare Nsimire med sin dotter Julienne Bisimwa.

andra familjer för att få in lite pengar men det är svårt.

Pappa Ntakobajira Michel visar mig deras odling. Han är senig men stark och svingar hackan i den fuktiga jorden. Han verkar stolt över att de trots allt har en liten odlingslott.

**BARNEN HAR TRÖTTNAT** på att sitta stilla och börjar leka med en boll gjord av flikiga tygremсор. På marken sitter lilla Deborah och gråter sedan Kabika tillfälligt lyft ned henne. Täta regnmoln har tornat upp sig på himlen. Sylvain ser orolig ut och säger att vi måste skynda oss tillbaka till nutritionsavdelningen. Skyfallen förvandlar snabbt vägarna till gyttejbad och risken att fastna med bilen är stor.

I sovsalen på nutritionsavdelningen

**”Han var sjuk redan vid födseln och har haft dålig aptit sedan dess. Både jag och min man saknar arbete och jag vet inte hur vi ska kunna ge vårt barn mat.”**

är det tid för mat och mammorna fyller stora plastmuggar med näringsrik mjölk. De mest sjuka barnen har svårt att äta och gråter när mammorna försöker mata dem. Det är tydligt vilken förändring som sker under behandlingstiden. Barnen som börjat tillfriskna har återfått färgen på kinderna och dricker själva av mjölken.

Fadhili Samsoni kommer från byn

Uvira i Sydkivu-provinsen. Sonen Jean de Dieu är mycket tunn och ser ut att vara närmast nyfödd trots att han hunnit bli nästan ett år.

– Han var sjuk redan vid födseln och har haft dålig aptit sedan dess. Både jag och min man saknar arbete och jag vet inte hur vi ska kunna ge vårt barn mat. Min man arbetade tidigare som fiskare i Tanganyikasjön men slutade efter att

ha överlevt en allvarlig båt-kollision. Nu vågar han inte ge sig ut på sjön igen.

Den utbredda arbetslösheten och svårigheterna att försörja sig går som en röd tråd genom kvinnornas berättelser. Bredvid Fadhili sitter en liten pojke med kraftigt uppsvullda kinder och blåfläckig hud.

– Varken jag eller min man har arbete och vi har tre barns magar att mätta, säger Aline Abinamwiso, mamma till lille Jordan.

– Det känns hemskt att inte kunna ge sitt barn mat. Jag såg hur Jordans kropp förändrades, plötsligt svullnade han upp och huden ändrade färg. Han kräktes och jag fick inte i honom någon mat. Jag blev mycket rädd och tog honom till sjukhuset.

Berättelserna går i varandra. Även

flickan Julienne Bisimwa fick proteinbrist som uppmärksammades av hennes mamma Velare Nsimire då flickan började samla på sig stora mängder vätska i kroppen. De kommer från Kabungo i provinsen Katanga, har sex barn och ingen inkomst. I dag mår flickan bättre men framtiden är oviss.

– Vi har ingen utbildning och saknar jobb. Situationen är mycket svår.

**SYLVAIN BERÄTTAR ATT** bristen på kött och fisk är de främsta orsakerna till proteinbristen. Den vanligaste födan består av foo-foo, en kompakt grötliknande massa som i regionen ofta tillverkas av cassava. Vanligtvis äts den som tillbehör till grytor men för många barn är det den enda födan de får. Det mättar magen men innehåller inte mycket näring.

Därför lider många av svår undernäring och tyvärr nås inte alla av vården.

Ett problem är också att föräldrarna inte kan, eller vill ta barnen till sjukhuset. En vanlig föreställning är att barnet blivit förgiftat. De söker då i stället hjälp hos någon lokal medicinman eller en så kallad häxdoktor, som ofta felbehandlar dem och förvärrar situationen. När barnen är undernärda blir de lätt mottagliga för andra sjukdomar och infektioner. Sylvain och hans kollegor gör sitt bästa för att utbilda byborna i att det handlar om undernäring.

– Situationen har förvärrats de senaste åren till följd av de väpnade konflikterna och flykten från byarna. Jag är mycket orolig över barnen. Utan Läkarmissionens hjälp skulle de inte överleva.

**INTERVJU:**  
**VIVI WALLIN**

Vivi Wallins instagramkonton följs av hundratusentals mammor och andra som får en inblick i hennes stundtals kaosiga mammaliv. Men där finns även plats för en historia som gör att Vivi brinner för att fler ska bli månadsgivare hos Läkarmissionen för att stötta dem med sämre förutsättningar än vi.

TEXT: THERESE HEDLUND / FOTO: ANNA WINÉR

# HJÄLPER MAMMOR I VARDAGEN

↓  
DU KAN OCKSÅ VARA MED OCH FÖRÄNDRA  
FRAMTIDEN FÖR KVINNOR OCH BARN!  
BLI MÅNADSGIVARE  
WWW.LAKARMISSIONEN.SE

Ge möjlighet för fler, att som Vivis farmor Daisy, med hjälp till självhjälp gå från beroende till oberoende. Just nu får nya månadsgivare Vivi Wallins bok "En mammas överlevnadshandbok: insikter & hacks för en enklare och roligare vardag" som gåva.

Bloggaren, hemmafixaren och instagramprofilen Vivi Wallin önskar att många fler så här i juletid väljer att bli månadsgivare. Som månadsgivare hos Läkarmissionen är du med och förändrar världen där våra barn ska växa upp.



## INTERVJU: VIVI WALLIN

# V

ivi Wallin är för många känd som mamman som med humor och värme visar verkligheten bakom föräldraskap, vaknätter och brist på egen tid. Via sina populära instagrampkonton Mamma-sanningar och Fixa själv har hon skapat en plats fri från dömande och pekpinar där andra föräldrar kan släppa ner axlarna och känna igen sig. Dagligen ger hon tips och råd och bjuder sina, över 300 000, följare på dråpligheter ur sin vardag.

– När jag startade var det inte så många som vågade säga sanningen om hur jobbigt det kan vara som förälder. Men jag är ganska naken i mina inlägg och det skapar mycket igenkänning. Men att blotta mig så mycket som jag faktiskt gör var inget jag hade tänkt. Det är något som har växt fram. Jag har känt att jag har så bra, peppande följare som själva lämnar ut sig i kommentarer om sitt liv och det de tycker är jobbigt, så jag har fått förtroende för dem och de för mig. Det har gjort att jag vågat dela mer av mig själv.

**VIVI WALLIN SLÄPTE** i höstas boken "En mammas överlevnadshandbok: insikter & hacks för en enklare och roligare vardag" som just nu delas ut som gåva till dem som blir månadsgivare hos Läkarmissionen. Som en av våra ambassadörer har Vivi uppmuntrat sina följare, som mestadels består av mam-

mor, att bli månadsgivare men även att stötta kvinnor i andra länder genom att ge bort säkra förlossningar.

– Det finns en stor kraft i moderskapet. Alla som fött barn har starka känslor kring sin förlossning och kan enkelt ställa den upplevelsen i relation till att man skulle ha fött i ett land utan den fantastiska sjukvård vi har. Många hade inte klarat sig då. Och när man själv är mamma känner man att man vill hjälpa till på ett annat sätt.

**Varför är det bra om fler blir månadsgivare?**

– För att det gör så mycket mer än om man bara ger 300 kronor en gång, vilket i sig också är bra. Men att ge regelbundet betyder att pengarna går att räkna med. Det är viktigt med kontinuiteten. Och det är heller inget måste att ge stora summor. Alla kan hjälpa till på sin nivå.

– Även om man ger 20 kronor i månaden så är det fantastiskt. De pengarna kan dessutom vara mer värda procentuellt än de som ger mycket. Och även med små medel kan vi göra mycket.

Det vet Vivi av erfarenhet.

**PÅ SENARE TID** har hon valt att dela berättelser ur sin egen familjehistoria på sociala medier. Ett av de inläggen visar just hur andras val att ge hjälp till självhjälp blivit nyckeln till att en kvinna i hennes familj förändrat, inte bara sitt eget, utan även andras liv. Det handlar om Vivis farmor Daisy.

Daisy föddes i en liten by i Ghana i Afrika. Som näst äldst i en fattig familj med sju barn var hennes uppgift att ta hand om sina syskon och bidra till familjens försörjning. Redan som liten drömde Daisy om att bli lärare, men skolan var något för pojkar. Flickor skulle hjälpa till hemma. Men Daisy ordnade extrajobb för att tjäna ihop till skolavgifter och extrapengar till familjen, så till slut sa hennes pappa ja. Hon fick sin lärarexamen, träffade en man och fick sex barn. När maken dog stod hon plötsligt ensam med sex barn, utan försörjning eller möjlighet att låta barnen gå i skolan. Så Daisy bestämde sig för att starta en egen skola. Hon fick kontakt med en biståndsorganisation som trodde på henne och gav henne ett startkapital. När hon gick i pension



Vivi Wallins bok "En mammas överlevnadshandbok: insikter & hacks för en enklare och roligare vardag".



### VIVI WALLIN

**Familj:** Elmer 13, Knut 10, sambon Anders samt bonusbarnen Wilmer 18, och Emil 16.

**Bor:** Stockholm

**Gör:** Släppte nyligen boken: "En mammas överlevnadshandbok: insikter & hacks för en enklare och roligare vardag". Bloggar och driver instagrampkontona @fixasjälva och @mamasanningar.



Vivi Wallin med sonen Knut, 10 år.

**"När jag får feedback från mammorna i mitt nätverk känner jag att jag gör skillnad på mitt sätt."**

Bland barnen på Daisys skola fanns till exempel en pojke vars namn var Kofi Annan, mannen som under tio år var generalsekreterare för FN och som fick ta emot Nobels fredspris 2001. Vem vet var han hade varit i dag utan Daisy?

– Det går ju tyvärr inte att ge bort ett månadsgivande i julklapp, men om man jämför, vad innebär det att ge en julklapp för 200 kronor mot att vara med och förändra någons liv? Vad får man

ens för 200 kronor här om man skulle köpa något själv? En adventsstjärna eller några lussebullar på ett fik. Och det ligger något i kraften att göra något tillsammans. Det är underbart och jag vill fortsätta prata om det.

**FÖR ENSAM ÄR INTE STARK.** Det var ju just den insikten som gjorde att Vivi började dela sina mammaerfarenheter vilket stärkt många kvinnor i deras

föräldraskap och hjälpt dem att visa sig själva lite mer nåd i vardagen.

– Det är min drivkraft. Inte så att jag räddar liv, men jag får säkert 5-6 meddelanden varje vecka från kvinnor som känt sig ensamma i sin mammaroll och som får stöd av mig och de andra som följer mina konton. Jag har ibland tänkt att jag borde jobba med något annat, göra skillnad på riktigt som mina vänner som är lärare eller läkare och påverkar andra människors liv. Men när jag får feedback från mammorna i mitt nätverk känner jag att jag gör skillnad på mitt sätt.

# HÄR FÅR BARNEN RÄTTSIDA PÅ LIVET

På Tigers Club i Kampala får barn som lever på gatan chans till ett annat liv – tack vare Läkarmissionens givare.

TEXT: HANNA ROSELL / FOTO: HANS-JÖRGEN RAMSTEDT

På Tigers Club i Kampala i Uganda, får barn som lever på gatan chans till ett annat liv. Arbetet sker i flera steg med målet att barnen ska kunna återförenas med sin familj eller få en ny familj. Allt detta sker tack vare Läkarmissionens givare.



**BILDREPORTAGE:**  
**TIGERS CLUB**



FOTO: TORBJÖRN SELANDER



FOTO: HANS-JÖRGEN RAMSTEDT

Tigers Club är egentligen namnet på en fotbollsklubb. Så startade hela gatubarnsarbetet. Man erbjöd riktiga träningar och matcher för att skapa kontakt och bygga förtroende. Fortfarande spelar fotbollen en viktig roll för de barn som vill förändra sina liv. Via Läkarmissionen har barnen fått fotbollskläder skänkta av svenska fotbollsklubbar.

Det är mest pojkar som lever på gatan, men det finns också andra center där man hjälper flickorna. Målet är att alla barn ska kunna komma tillbaka till sin familj eller få komma till en fosterfamilj.



FOTO: HANS-JÖRGEN RAMSTEDT



FOTO: TORBJÖRN SELANDER

Livet på gatan är hårt. Varje dag är en kamp att överleva och att hitta någonstans att sova.



FOTO: HANS-JÖRGEN RAMSTEDT

Den som har missat flera års skolgång behöver hjälp att komma ikapp. Här får barnen chansen!

# LYDIA, 18 ÅR, STICKADE 108 MÖSSOR

När skolan under pandemin stängde ner stickade Lydia Tamme mössor till bebisar i Kongo.

**Å**r 2020 – ett år som har präglats av isolering, distans, längtan efter nära och nära, och förluster. Å ena sidan. Men som alltid finns det en till sida, och i det här fallet en mer positiv. För år 2020 har även öppnat upp för kreativitet, eftertanke och lösningsorientering. För visst märkte vi efter ett tag hur människor började hitta nya sätt att umgås på och ett sökande efter nya hobbies och uttrycksätt satte fart.

Lydia Tamme hamnade i en situation som många ungdomar gjorde i våras, skolorna stängde ner och undervisningen skulle genomföras på distans.

– Jag hade suttit hemma i en månad och pluggat på distans och mamma började tröttna på mitt klagande om hur tråkigt det var. Då sa hon att en kompis till familjen hade haft med sig Svenska Journalen där det stod att man kunde sticka mössor till bebisar i Kongo. ”Lär dig sticka” sa hon och jag sa okej ha, ha.

– Jag hade stickat någon gång för länge sen men jag tänkte att varför inte.

**Var det svårt att sluta när du väl hade börjat?**

– Ja det var svårt att sluta, jag håller fortfarande på med stickandet. Men det var inte svårt att börja, det tog bara lite tid att sticka första mössan. 108 mössor har jag stickat från det att jag lärde mig till det var dags att skicka in dem.

**Hur var den första tiden hemma med distansundervisning? Var det svårt att ställa om sig när man är van vid ett mer socialt liv och gå till skolan varje dag?**

– Den första veckan var det faktiskt ganska skönt att plugga på distans. Sen har jag sån tur för jag jobbar i ett stall så jag kunde ändå komma ut och samtidigt hålla distansen. Varje helg träffade jag personer som var där och red som jag kunde prata med och man kunde samtidigt hålla avståndet. Det känns viktigt nu att ha en anledning att komma ut. Och innan var jag ganska van vid att prata med kompisar online, omställ-

ningen var därför inte så stor. Men sen blev det tråkigt efter några veckor när jag mest satt inne på rummet och den mest spännande utflykten var att åka till Ica.

**ATT STICKA OCH SY** har varit en uppåtgående trend redan innan pandemin och intresset växer bland allt yngre personer. Lydia tror att intresset och trenden inom stickning håller på att komma tillbaka allt mer.

– Jag har några vänner som stickar och de började också när pandemin bröt ut. Sen är det skönt att sticka, i början var det lite svårt men sen när man kan sticka utan att ens titta ner på händerna, då är det väldigt härligt!

**Finns det något du har lärt dig under det här året eller någon insikt du har kommit fram till?**

– Man ska inte underskatta internet och jag gillar att hålla hand men nu får jag inte göra det längre. Kramar och närhet i allmänhet är bra, det känns tråkigt att inte få göra det nu.

ANNA MALMBORG

”Det var svårt att sluta, jag håller fortfarande på med stickandet. Men det var inte svårt att börja.”



FOTO: ANNA LEDIN WIRÉN



LYDIA TAMME

Ålder: 18 år.

Bor: Värmdö.

Familj: Mamma, pappa, lillasyster, två hundar och tre katter.

Gör: Studerar.

Fritidsintressen: Sticka, läsa, rida.



Doktor Mukwege tar emot covidtesterna när de anländer till Panzsjukhuset i Bukavu.



# Spännande resa till DR Kongo med svenska covid-tester

I juli genomfördes en transport av covid-19-tester till Panzsjukhuset i DR Kongo. Tack vare ett samarbete mellan flera organisationer blev det en lyckad transport. För en sak är säker, i coronatider har allt blivit mer komplicerat.

– Det scenariot var vi mest oroliga för, säger Lars Engstrand, medicinskt ansvarig för covid-19-diagnostiken vid Karolinska institutet.



Lars Engstrand.

**REDAN I BÖRJAN** av mars fick Lars Engstrand frågan från Karolinska universitetssjukhuset om KI hade möjlighet att hjälpa till med delar av analysen för covid-19 i Sverige.

– Det var rena rama havet stormar då. Det var problem med leveranser och med att få fram maskiner. Vi hade en del av utrustningen så jag började undersöka om det fanns möjlighet för oss att hjälpa till. Rätt snart blev det tydligt att det behövdes en större testkapacitet än vad sjukhuset klarade av. Då fick vi prata med dem som skulle producera maskinerna, som sedan flögs in från Hong Kong.

I samma veva hörde Wallenbergstiftelsen av sig med erbjudandet att hjälpa

**”Vi hade tillräckligt med utrustning och testkit så för oss var det en självklarhet att hjälpa till.”**

till med logistik och även ekonomiskt.

– Sedan gick det ganska snabbt när utrustningen väl var här. På bara några veckor fick vi upp labbet.

**Och i början av juni fick du höra om den svåra situationen vid Panzsjukhuset?**  
– Ja precis! Peter Roth-

schild som är styrelseordförande vid Friends of Panzi kontaktade mig och berättade om den akuta situationen på Panzsjukhuset och i Kongo generellt. Situationen var faktiskt rent bedrövlig. Det fanns inte någon analyskapacitet alls på 100 miles avstånd så 8 miljoner människor kunde inte testas. Vi hade tillräckligt med utrustning och testkit så för oss var det en självklarhet att hjälpa till.

**EFTER SAMTAL** med ledningen på KI kom de fram till att

**”Vi var mest oroliga över att kiten skulle tina på vägen, då hade de inte fungerat.”**

15 000 testkit och en maskin kunde transporteras till Kongo. Det var inte en helt lätt operation vilket medförde en del oro när utrustningen skulle skickas iväg.

– Vi var mest oroliga över att kiten skulle tina på vägen, då hade de inte fungerat. Sedan var det en del frågetecken kring om det skulle

gå att få in en dator eller om den skulle fastna i tullen. Nu fanns det en dator på Panzi som kunde användas så det slutade med att vi inte skickade någon. Det var verkligen ett hjältedåd att få ner all utrustning med tanke på omständigheterna!

– Men transporten lyckades och det var jätteroligt! Det var den som var krånglig. När utrustningen var framme kollade vi direkt om den var intakt och att testkiten inte hade tinat, och det visade sig att allt hade gått bra. Så självklart var det

en lättnad. Och det var flera inblandade både hos oss och utanför KI som gjorde ett fantastiskt jobb.

**LARS ENGSTRAND** berättar att det nu finns ett intresse från KI:s håll att bygga upp en bestående relation med Panzsjukhuset.

– Det ligger i KI:s intresse att ha ett forskningssamarbete med Panzi och att utbyta erfarenheter framöver, men det viktigaste nu var att få igång diagnostiken där nere.

# GLOBALA MÅL – EN KAMP FÖR RÄTTVISA

Att avskaffa extrem fattigdom, främja fred och rättvisa och lösa klimatkrisen är några av de mål som världens länder har antagit inför 2030. Enligt Jenny Ohlsson, tidigare ambassadör för de Globala målen, är de nu viktigare än någonsin.

TEXT: ANNA MALMBORG / FOTO: PAUL HANSEN

**J**enny Ohlsson arbetar vid utrikesdepartementet men var tidigare ambassadör för de Globala målen. Covid-19 har inneburit att mycket blivit annorlunda för oss alla, och de Globala målen har självklart påverkats.

Jenny Ohlsson menar att det kommer bli en del långsiktiga effekter som vi ännu inte kan överblicka, men redan nu har ojämlikhetsfrågorna hamnat

i blickfånget. Vad kommer det i sin tur leda till? Ökade spänningar? Mer konflikter? Och hur påverkar det i så fall demokratin och mänskliga rättigheter?

**DEN 25 SEPTEMBER** år 2015 antogs de Globala målen (agenda 2030) vid FN:s toppmöte av 193 medlemsländer. "Alla ska med, ingen ska lämnas utanför" lydde den centrala principen. Målen syftar till att bland annat utrota fattigdom och hunger, uppnå jämställdhet och egenmakt för alla kvinnor och flickor och skydda planeten och dess

resurser. Sammanlagt är det 17 mål och 169 delmål.

Läkarmissionen är en av alla aktörers vars mål är att bidra till att de Globala målen uppnås. Vi fokuserar främst på fyra mål:

- Mål 1: ingen fattigdom
- Mål 3: hälsa och välbefinnande
- Mål 4: utbildning för alla
- Mål 6: rent vatten och sanitet för alla.

**ENLIGT JENNY OHLSSON** gick det överlag för långsamt med utvecklingen redan innan pandemin bröt ut, men

2015 antog FN:s medlemsländer Agenda 2030, en agenda med sjutton globala mål för en ekonomiskt, socialt och miljömässigt hållbar utveckling.

det fanns en hel del positiv utveckling. Den extrema fattigdomen minskade, likaså barnadödligheten. Fler människor hade tillgång till el. När det gäller klimatfrågan vet de flesta att det inte är ett område där det går framåt. Ohlsson förklarar hur även frågan om jämlikhet och ojämlikhet har ökat i betydelse och fått allt mer fokus. Hon menar vidare att om vi inte kommer tillrätta med klimatfrågan och jämställdhetsfrågorna blir konsekvenserna att mycket av arbetet med målen kommer att stjälpas.

Vilka konsekvenser kan man då med

säkerhet säga är kopplade till pandemin? Enligt UN Women förväntades fattigdomen bland kvinnor minska med 2,7 procent 2019–2020, men nu har siffran förändrats och fattigdomen bedöms i stället öka 9,1 procent på grund av pandemin.

**INTE BARA FATTIGDOMEN** bland kvinnor ökar, utan även våldet i hemmet medan jämställdheten minskar. Andra konsekvenser man ser är en minskad tillgång till vård och hälsa. 500 miljoner människor som tagit sig ur fattigdom

LÄS MER OCH STÖTTA VÅRT ARBETE:  
[WWW.LAKARMISSIONEN.SE](http://WWW.LAKARMISSIONEN.SE)



Jenny Ohlsson var tidigare ambassadör för de Globala målen.

kommer att halka tillbaka. Barn och unga påverkas av nedstängningen av skolorna, och det är inte bara utbildningen i sig som drabbas. Utan tillgång till skolan försvinner den viktigaste måltiden för miljoner barn i världen – skolmåltiden.

**MEN TROTS PANDEMIN** och allt det negativa som den har fört med sig finns de Globala målen kvar och arbetet för att nå dem fortsätter. Med en pandemi eller annan katastrof följer svåra utmaningar, men det öppnar även upp för att göra om och tänka nytt. Allt Läkarmissionens arbete ska vara med och bygga resiliens, människans eller samhällets förmåga att förebygga kriser och hantera förändring, att återhämta sig och vidareutvecklas. Vetskapen om att kriser och katastrofer ökar gör att resiliens blir mer aktuellt än någonsin. Det handlar även om att ta tillvara på erfarenheter från tidigare händelser och att lära av dem för att skapa nya förhållningssätt. För med kunskap och erfarenhet kan effekten av återkommande katastrofer minskas.

De Globala målen är mer relevanta än någonsin för världen både under och efter covid-19. Kanske är det så att en del av arbetet kommer kunna genomföras bättre när vi står där med facit i handen, menar Jenny Ohlsson. Världen kommer då att på många sätt ha förändrats, även om problemen kvarstår. Kanske är problemen större, siar hon. Men arbetet måste ändå fortsätta och framför allt inte pausas.

# ”Sorgen har sin egen dramaturgi”

– Det finns inget mer i livet att glädja sig åt. Allt är bara svart.

Hennes blick är så sorgsen att jag nästan värjer mig. Orden räcker inte till.

Men så plötsligt ställer hon frågan till mig: ”Varför skall jag leva nu när inte min dotter finns?”

**V**i har varit arbetskamrater i flera år. Jobbat med att skildra andra människors liv i dokumentärer och artiklar. Försökt

att förstå vad sorg kan göra med oss. Men det här är något annat. Min kamrat är inte längre den som skildrar andra människors liv – hon är den som drabbats. Och jag inser att det är något helt annat.

Vi sitter på en parkbänk nära vår gamla arbetsplats, luften är sval, höstlöven rasslar i gräset och flyttfåglarna samlar sig för den långa resan söderut. Det är vackert och vemodigt på samma gång.

När vi skiljs åt, min kamrat och jag, får jag en lite skakig kram.

**DAGARNA SOM FÖLJER** är fyllda av frågor som inte har något svar. Varför ska just jag drabbas? Vad har jag gjort för fel? Varför? Våra telefonsamtal är långa och många.

Efter en tid märker jag att samtalen börjar ändra karaktär. De får inslag av filmer som visas på tv, matrecept och



FOTO: HÅKAN FLÅNK

”Sorgens ceremonier ligger nu bakom oss och den nya tiden börjar. Men det går inte att skynda.”

berättelser om andra människor som hört av sig.

När vi ses igen tycker jag mig se en svag strimma av hopp i min väns ögon.

Sorgens ceremonier ligger nu bakom oss och den nya tiden börjar. Men det går inte att skynda. Sorgen har sin egen dramaturgi.

och lyfta blicken mot den tid som är just nu. ”Sorgen och glädjen de vandrar tillsammans”, heter det i psalmen. Precis så är det.



Annika Hagström, mångfacetterad journalist och författare som också producerat dokumentärfilmer och arbetar som programledare.

När det har gått ett år, och nästan ett halvt år till, börjar vi så smått kunna skratta tillsammans. Åt roliga saker, dumma saker, tokiga saker.

Vi tar långa promenader och pratar om resor som skulle vara roliga att göra. Vi slinker in på ett kafé och tar en kopp cappuccino.

Vi talar om gamla minnen, vad vi ägnat våra liv åt, människor som gjort intryck.

I mitt sinne dyker plötsligt en filminspelning upp. Prästen talade inför en grupp konfirmander. Han rörde sig framför gruppen och ställde en fråga han tyckte ungdomarna borde ställa till sig själva. ”Var har du din glädje?”

Jag satt i kyrkbänken med min fotograf och ljudteknikern och jag minns hur frågan brände till i mig. Var har du din glädje? Den gången var det jag som mist en kär arbetskamrat. Han hade dött bara några veckor tidigare. Lämnat mig ensam. Så kändes det.

**JAG BERÄTTAR FÖR** min väninna om minnet av prästen och konfirmanderna för länge sedan. Hon ser på mig, och den här gången är det hon som tröstar. Hon gör det genom att föreslå att vi ska besöka den där kyrkan igen och ta farväl av sorgen tillsammans.

När vi väl sitter i kyrkbänken, två decennier efter mötet med prästen och konfirmanderna och orden jag inte glömmer, förstår jag att det är rätt att möta sorgen på nytt. Ge den en kram utan coronaavstånd



FOTO: HANS-JØRGEN RAMSTEDT

## Värmande julklappar

Vi frågade några av Läkarmissionens vänner vad de vill ge för julklapp från gåvoshopen?

**Anna Stadling, musiker.**



– Jag vill gärna ge bort en julgåva till min älskade mamma som hjälpt oss så mycket under alla år. När man lever med barn som har särskilda behov av olika slag så vet man hur viktigt det är att få stöd och support. Och med tanke på hur svårt det kan vara att få hjälp i Sverige så kan jag tänka mig hur det är i länder där de barnen inte räknas alls, så min gåva går till barn med funktionsnedsättning. Alla har rätt att få en

chans till ett bra liv och den support man behöver.

**Annika Hagström, journalist och författare**



– Under hela min uppväxt såg jag hur en fotboll kan förändra tillvaron för unga människor. Från min utsiktspunkt uppe på pappas axlar på ståplatsläktaren på Råsunda såg jag det först. Hur en uträknad pojke kunde bli spelets hjälte. Den känslan glömmer jag aldrig. Därför vill jag ge stöd till Tigers Club i Uganda. Vägen bort från gatan. Gåvan ger jag till mitt barnbarn som

bor i Japan och som fyller tio år på självaste julafton.

**Vivi Wallin, influencer**



– Jag vill ge bort en ”Självförsörjning i Burundi, 140 kr” till min mamma. Anledningen är att jag vet hur mycket det betyder. När kvinnorna börjar tjäna egna pengar så kan de ge sina barn ordentligt med mat varje dag och betala deras skolavgifter, vilket i sin tur ger ett positivt avtryck i flera generationer.

**Katinka Lindholm, insamlingsexpert**



– Jag vill ge bort brunnsborrning till familj och vän-

ner så att utsatta människor i Niger kan få tillgång till rent vatten. En person behöver 20 liter rent vatten per dag för att överleva och klara sin hygien. Med en brunn i närheten behöver inte heller byns flickor använda sin dag till att hämta vatten utan kan istället gå i skolan.

**Camilla Frödén, kvalitetsansvarig och chefsassistent**



**på Läkarmissionen**

– Alla insatser i Gåvoshopen ligger mig varmt om hjärtat men som julklapp väljer jag att stötta arbetet mot kvinnlig könsstympning för det är en sådan vidrig sedvänja. Ett ingrepp, eller övergrepp, som orsakar svårt lidande och begränsar flickorna resten av livet. Gåvan vill jag ge mina föräldrar som jag saknar och inte kan träffa som jag vill i coronarestriktionernas tid.

**Richard Niklasson, projektledare på Läkarmissionen**



– Som julklapp till mina vuxna barn vill jag ge andra mindre lyckligt lottade barn en chans att överleva. En behandling på Panziskuhusets nutritionsavdelning bestående av näringsrik välling som undernärda barn får sex gånger om dagen.

## Så handlar du i vår gåvoshop

Det är inte lätt att köpa julklapp till den som redan har ”allt”, eller som inte gillar prylar. Då är det perfekt att använda Läkarmissionens fina julklappsbutik 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 upp. 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 via din internetbank, med bankkort eller med inbetalningskort.

Ange om du vill ha ett gåvo-bevis och lägg då in din personliga hälsning. Gåvo-beviset 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

3				2	1			
		7						6
		5	4			1		3
			8				3	
8			4			6		7
5	6			3	4			
	7		5		2	6	1	
1		6		4		5		
			8	7				

Medelsvår

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

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 2020. Grattis Aila Valkeejärvi, Uppsala, Karin Olsson, Örebro och Kjell-Åke Levin, Kumla som vunnit boken *Glädje. Konsten att finna lycka i en osäker tid* av Desmond Tutu och Dalai Lama.

Krysslösning september

Här är det rätta svaret på korsordet i septembernumret 2020. Grattis Aila Valkeejärvi, Uppsala, Karin Olsson, Örebro och Kjell-Åke Levin, Kumla som vunnit boken *Glädje. Konsten att finna lycka i en osäker tid* av Desmond Tutu och Dalai Lama.

**DIN HJÄLP GÖR SKILLNAD!**

Tack för att du är med och förändrar liv för människor som lever i utsatthet. Vännerna på Läkarmissionen önskar dig en riktigt God Jul och ett fint 2021.

**Decemberkrysset**

Du behöver inte skicka in hela krysset. Fyll bara i tävlingskupongen här bredvid eller skriv svaren på ett vykort. Skicka till: Swedmedia, 105 36 Stockholm. Märk kuvertet "Journalenkrysset nummer 5, 2020". Senast den 6 januari 2021 vill vi ha ditt svar. De tre först öppnade rätta lösningarna vinner *Kvinnor förändrar världen* av Melinda Gates.

Ges ut av Läkarmissionen och är en organisations- och medlemstidning

Generalsekreterare: Lars Arrhenius

Ansvarig utgivare: Conny Sjöberg

Information: Eva Nordenstam von Delwig

**Bistandsprojekt:** Kam Koolash  
**Givarservice:** info@lakarmissionen.se  
**Postadress:** Läkarmissionen 162 88 Vällingby  
**Telefon:** 08-620 02 00 växel  
**Hemsida:** www.lakarmissionen.se  
**Produktion:** Swedmedia

**Redaktör:** Therese Hedlund  
**Redigering:** Peter Wickberg  
**Omslagsfoto:** Martina Holmberg  
**Postadress:** Swedmedia/Svenska Journalen, 105 36 Stockholm  
**E-postadress:** info@lakarmissionen.se

**Annonsbokning:** Hanna Rosell hanna.rosell@lakarmissionen.se  
**Tryckeri:** V-TAB, Vimmerby  
**Gåvor till Läkarmissionen på plusgiro 90 00 21-7**  
**Swish: 90 00 217**





90 kr

**Rädda livet på ett undernärt barn, Kongo.** För endast 90 kr kan du hjälpa ett undernärt barn att överleva julen.



60 kr

**Plantera ett träd, Sahel.** Få insatser har så många positiva effekter.



\*gåvobevis kan bara beställas via läkarmissionen.se

## 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 [läkarmissionen.se](http://läkarmissionen.se) så får du ett fint gåvobevis att ge bort i julklapp till någon du bryr dig om.



150 kr

**Ge bort en get, Nepal.** Hjälp utsatta familjer till en ny start i livet.



260 kr

**Denis Mukwege, Panzisjukhuset.** Hjälp till att driva ett unikt sjukhus i Kongo.



180 kr

**En säker förlossning, Kongo.** Räddar livet på både barn och mammor.



200 kr

**Bikupa, Etiopien.** Rädda bin och hjälp familjer – skänk en bikupa i jul.