

04 | 2021

-SOS-

MAGASINET

Utgitt av SOS-barnebyer

Barn
og sorg
SIDE 10

Wairegis
historie
SIDE 12

Betydningen av
besteforeldre
SIDE 17

Den avgjørende TILLITEN

SIDE 4



SOS
BARNEBYER

INNHold 04 | 2021

Tillit er limet i relasjonen mellom foreldre og barn SIDE 4	Frihet fra barn- dommens vold SIDE 12		Stort og smått SIDE 20
Intervjuet SIDE 10	Spørsmål og svar SIDE 16		Barneside: Snart er det jull! SIDE 22
	Faddermøtet SIDE 16	Fotoreportasjen: Betydningen av besteforeldre SIDE 17	

Av hensyn til personvernet er navnene til barna i artiklene i SOS-magasinet endret.

4 FIRE FAKTA OM ARV OG TESTAMENT

Testamentariske gaver er viktige bidrag til SOS-barnebyers arbeid for at barn skal vokse opp med god omsorg. Men visste du dette?

Kun 1 av 10 personer i Norge skriver testament. Bare 0,4 prosent gir testamentariske gaver til organisasjoner.

Har du tenkt å gi en gave til en veldedig organisasjon gjennom testamentet, er fint å forklare hvorfor du ønsker å gjøre dette, og snakke med dine nærmeste.

Ønsker du å tilgodese SOS-barnebyer, dekker vi kostnadene til advokathjelp.

SOS-barnebyer er en skattefri stiftelse, så hele arven kommer SOS-barnebyers arbeid til gode.



@SOS_barnebyer

Følg oss på Facebook, Instagram og Twitter

Vi håper @Regjeringen og @AnneBeathe_ viderefører viktig satsing på mental helse! @BjorgSandkjaer @dagiulstein @AHuitfeldt
18. oktober

Vi er bekymret for at #statsbudsjettet ikke reflekterer ambisjonene i barnevernsreformen @FO_fellesorg @Barneombudet @barnevernsbarn @Fredoev @karhenr @tonewtroen @siljehjem
12. oktober

Ett år etter #Moriabrammen er det enda verre for barn på flukt sier #PopaGkliva som leder vårt arbeid i Hellas: <https://sos-barnebyer.no/enda-verre-for-barna-pa-flukt>
9. september

SOS-magasinet utgis av
Stiftelsen SOS-barnebyer Norge.
Mariboes gt. 13, PB 733
Sentrum, 0105 Oslo.
E-post: sos@sos-barnebyer.no
Telefon: 23 35 39 00

Ansvarlig redaktør: Sissel Aarak
Redaktør: Maarika Wellnitz
Design og layout: Svoel AS
Trykk: Stibo Complete
Opplag: 75 000
Forsidefoto: Katerina Ilievskia
Red. avsluttet: 08.11.2021

Kontonr.: 8380 08 73730
www.sos-barnebyer.no



Omslaget rundt magasinet er produsert med 85 prosent fornybar biobasert råvare. Dermed bevares miljøet gjennom lavere Co2-utslipp. Den er gjenbrukbar og 100 prosent resirkulerbar.

Tillit betyr alt

Å ha tillit til noen betyr at du er trygg på at de er til å stole på, eller har de egenskapene som kreves for å mestre en bestemt situasjon eller oppgave. For en organisasjon som jobber med barn og unge, familier i krise og som forvalter penger på vegne av givere, er tillitt helt grunnleggende for alt vi gjør.

For barn er det helt essensielt at de kan ha tillit til at foreldre eller andre omsorgspersoner er der for dem, og dekker deres grunnleggende behov for næring, beskyttelse, stimuli og trøst. I tillegg er det vesentlig at også de voksne viser barna og ungdommen tillit – det er kan føles vondt når noen du er glad i, ikke har troen på deg at du mester en oppgave eller kan ta gode valg. Det å bygge en tillitsfull relasjon til barna er en av de aller viktigste oppgavene til fosterforeldrene i SOS-barnebyer. Du kan lese mer om hva som skal til for å skape tillit mellom barn og foreldre i denne utgaven av SOS-magasinet.

Tillit er også nødvendig i relasjonen mellom familiene som er med i familieprogrammet og rådgiverne som skal støtte dem. Derfor har hver familie sin faste familierådgiver, som lager tiltaksplaner sammen med dem og følger dem opp. Det å vite at det er noen som støtter deg, og som viser at de har troen på at du har i deg det som trengs for å klare å snu en vanskelig livssituasjon, har enormt stor betydning.

For at vi skal kunne nå ut til så mange barn og familier som mulig og faktisk bidra til å skape varig positiv endring, er vi også avhengig av tillit fra både dem vi jobber for og alle våre støttespillere. Barna må ha tiltro til at vi gir dem den omsorgen og beskyttelsen de har krav på, og familiene må vite at vi er der for dem til de kan klare seg selv. Alle våre bidragsyttere må stole på at vi



FOTO: PAAL AUDESTAD

“
Alle våre bidragsyttere må stole på at vi forvalter midlene på best og mest effektive måte.
”

forvalter midlene på best og mest effektive måte. I SOS-barnebyer internasjonalt er et nytt lederskap og et nytt senat godt i gang med arbeidet for å forbedre kvaliteten i alle våre programmer, styrke barn beskyttelse og sikre at organisasjonen er åpen og ansvarlig i alt vi gjør. Bare på den måten kan vi sørge for alle de små og store snuoperasjonene som hver eneste dag bidrar til at noen får en bedre hverdag og fremtidsmuligheter.


GENERALSEKRETÆR

Alliansepartner:

Hovedsamarbedspartnere:

Heimstaden

aktiv.

OBOS

MARS
norge

espira
KUNNSKAPSBARNHAGEN

Stiftelsen Gs

Hovedbidragsyttere:

STIFTELSEN
BALDER

GRIEG FOUNDATION

Norad

FAGFORBUNDET

Bedriftspartnere:

Apollo, IDÉ House of Brands

STIFTELSEN
SIGNE MARIE

TILLIT er LIMET i relasjonen mellom foreldre og barn

Da livet raknet for Cece (23) var det én person hun visste ville være der for henne – SOS-mamma Natasha. Tillit er limet i relasjonen mellom foreldre og barn, men den kommer ikke gratis og av seg selv. – Tillit er som kjent noe man gjør seg fortjent til, og ikke noe man uten videre kan kreve, heller ikke fra sine barn, sier psykologspesialist Heidi Wittrup Djup.

Tekst: Torunn Westerfjell Gilje og Katerina Ilievskae ■ Foto: Katerina Ilievska

– Det viktigste for meg er at mamma stoler på meg, mine handlinger, valg og ideer. Jeg vet jeg kan ringe henne midt på natten, om så er. Jeg kan dele alt uten at hun på noen måte dømmer meg, sier Cece.

Tillit er grunnleggende for å ha en trygg og god relasjon, særlig mellom foreldre og barn. Et tillitsfullt forhold er også så godt som umulig å jukse seg til. Det er avhengig av omsorg og en ekte interesse for barnet. Det har Cece erfart, ikke minst da hun fikk et sammenbrudd som ung voksen.

– Omsorgen er avgjørende. Jeg kom hit da jeg var seks år – og for liten til å kunne forstå de kompliserte relasjonene som er mellom mennesker. Mamma var og er veldig opptatt av å få meg til å føle meg trygg og elsket. Jeg trenger ikke å si «jeg stoler på deg» til mamma. Mine handlinger viser at jeg stoler på henne og at hun stoler på meg, sier Cece.

Å vite at man betyr noe

Hvis det fantes, ville SOS-mor Natasha hatt vektball i tillitsbygging. Som fostermor har hun skapt en stabil og trygg base for til sammen 16 barn så langt. Den da seks år gamle Cece var hennes første fosterbarn.

Tillit er en av hennes aller viktigste byggesteiner.

– Når små barn får sine grunnleggende behov for mat, varme, trygghet og kjærlighet dekket, blir de trygge og tillitsfulle. Når barna blir eldre, øker graden av tillitt gjennom enkle ting som å sende dem på butikken og stole på at de kommer hjem med alle vekslepengene, eller kommer hjem til avtalt innetid.

Natasha får støtte fra psykologspesialist og medlem av SOS-barnebyers fagråd Heidi Wittrup Djup.

– For de minste barna er det viktigste at de kan ha tillit til at foreldrene er der for dem som støttende, trøstende og kjærlige omsorgsgivere som gir barnet trygghet og forutsigbarhet. Når foreldre responderer på barnets behov for mat, stimuli, hvile eller trøst, får barnet allerede helt fra starten av erfaring med å bli sett og

Natasha ble SOS-mor i 2004. Etter det har Natasha gitt 16 barn en trygg oppvekst. Hun er nå SOS-mor for fem barn. Cece er i dag 23 år og journalist for TV og nett.

..... “
Barn trenger å vite at de voksne er tilgjengelige for dem også i møte med det som er vondt og vanskelig i livet.
 Heidi Wittrup Djup
 ”



► ivaretatt. Denne tilliten er viktig for barnets utvikling og opplevelse av å være betydningsfull.

Tillit begge veier

Når foreldre eller andre nære omsorgsgivere responderer på behovene barnet gir uttrykk for, får barnet tillit til de voksne. Men for å skape en trygg relasjon, må tilliten gå begge veier. For Natasha er det å vise barna at hun stoler på dem og at også barna må gjøre seg fortjent til denne tilliten, en viktig del av foreldrerollen

– Da Cece ble tenårings og hadde lyst til å være ute sammen med venner, dra på tur og kino og slike ting, gjorde vi alltid muntlige avtaler. Jeg holdt min del av avtalene og Cece holdt sin. Ved å vise at jeg sto for det jeg sa og holdt det jeg lovet, lærte hun å gjøre det samme.

At Natasha viste at hun hadde tiltro til henne, samtidig som hun var tydelig på hvilke forventninger hun hadde tilbake, er noe Cece setter stor pris på i dag.

– Det er viktig med grenser. Mamma var flink til å tilpasse og gradvis gi meg mer selvstendighet og ansvar. Det krevde av henne at hun måtte stole på meg, og jeg visste at jeg til gjengjeld måtte vise at jeg var tilliten verdig. Denne tilliten var usynlig og usagt. Jeg stolte på henne og hun stolte på meg.

Gi slipp

Natasha understreker hvor viktig det er å gi barna ansvar og vise at du stoler på dem. Å bygge en tillitsfull relasjon betyr å gi slipp på noe av kontrollen.

– Jeg ser en del foreldre som ikke gjør det, og sier at det å kontrollere barna handler om å vise omsorg. Men det er hårfin balansegang. De kan fort bli helikopterforeldre som skal følge med på og styre alt. Da bygger man ikke tillit. Å alltid passe på og styre alt barna gjør er ikke å vise omsorg, det er å kontrollere. Hvis jeg stoler på barna mine, trenger jeg jo ikke å ringe dem hvert femte minutt for å sjekke hvor de er og hva de gjør. Hvis jeg gjør det, viser jeg med all tydelighet at jeg ikke stoler på og har tillit til dem.

Anerkjennelse og grenser

Tillit handler om mer enn trygg tilstedeværelse og omsorg, og å gi barna ansvar. Barn trenger å vite at de voksne er tilgjengelige for dem også i møte med det som er vondt og vanskelig i livet, sier Wittrup Djup. Ikke minst trenger de å kjenne at følelsene deres blir tatt på alvor. Som forelder er det viktig å ikke avfeie deres problemer og utfordringer som tåpelige eller uviktige.

– Det blir mer krevende når barna blir eldre og i større grad utfordrer foreldrene, uttrykker

– Når du møter barnets følelser med respekt og anerkjenner følelsenes verdi, kan barnet stole på du tåler hele meg. Det er med på å skape tillit i relasjonen, sier psykologspesialist Heidi Wittrup Djup.

Tillit handler både om nærhet, kjærlighet og at barna er trygge på at deres behov blir ivaretatt.

– Åpen og tydelig kommunikasjon er også helt nødvendig for å kunne bygge tillit. «Jeg gjør dette og du gjør dette, og begge skal holde det vi lover», sier SOS-mor Natasha.



sinne, frustrasjon og tester grenser. Foreldre har da et ansvar for å ikke møte slike reaksjoner med avvisning, latterliggjøring eller bagatellisering. Barnets følelser må møtes med respekt og sensitivitet fra foreldre som anerkjenner følelsenes verdi og viser at de tåler og verdsetter *hele* barnet. Foreldre må også vise gjennom ord og handlinger at de respekterer og anerkjenner barnets grenser. Barn må kunne forvente at deres grenser betyr noe og lære seg hvordan de kan sette grenser for seg selv. Det er nødvendige ferdigheter å ha med seg senere i livet.

Samtidig er det viktig å huske på at barn trenger at foreldre tar «voksenledelse». Det er ingen motsetning i å anerkjenne følelser og samtidig gi veiledning, korreksjoner og klare rammer. Begge deler trengs for å skape en trygg og tillitsfull relasjon mellom foreldre og barn.

– Barn klarer ikke selv å skape et trygt og forutsigbart rammeverk for sin egen barndom. Tillit handler derfor ikke bare om nærhet og kjærlighet, men også om at barna er trygge på at deres behov for rammer og forutsigbarhet blir ivaretatt, sier Wittrup Djup. ►





► Aksept og tiltro

Som fostermor gjennom 17 år har Natasha fått sin del av barn som tester grenser. De barna som kommer til henne, har alle bagasje fra livet de har levd. De ville jo ikke vært her ellers, som hun sier. Barn som har hatt en start på livet preget av omsorgssvikt trenger både «voksenledelse» og anerkjennelse og aksept for den de er.

– Mange av barna mine har blitt karakterisert som «vanskelige» av omgivelsene som stiller få, hvis noen, forventninger til dem. Det er viktig å se forbi handlingene til barn, og se at det kan ligge grunner under som kommer fra tidligere opplevelser og følelser de ikke klarer å håndtere på en annen måte. Dette må både forstås og aksepteres. Som fostermor er jeg her for å støtte dem, heie på dem, oppmuntre dem og både gjennom ord og handlinger vise at jeg har tro på dem. Når barna opplever at avtaler står ved lag, stoler de også på deg neste gang. Barna skjønner også da at du er en som bryr deg om dem, som ikke undervurderer dem, men tvert imot oppmuntrer, sier Natasha.

Tilliten som varer

Når barn har tillit til og stoler på at de voksne «tåler hele meg», som Wittrup Djup sier det, tør de også å vise seg sårbare. Også selv etter at de har blitt selvstendige.

– Selv om den unge trenger å søke ut og ta fatt på de første stegene på veien mot voksenlivet, betyr det ikke at foreldrene har utspilt sin rolle. Gitt at det er et godt og trygt forhold mellom

dem, vil den unge fortsatt ha behov for en trygg base å komme hjem til. Til foreldre som møter deres opplevelser og følelser med raushet og tålmodighet, og som forsøker å forstå gjennom å lytte og være til stede for dem. Tillit til foreldrene er derfor fortsatt viktig, fordi den unge da har trygghet i at foreldrene er der for hen når det er nødvendig. Og at det er noen å søke tilbake til når verden der ute blir litt for overveldende og litt for stor.

Når livet raser

For to år siden gikk Cece gjennom en svært vanskelig periode i livet. Hun opplevde et alvorlig sammenbrudd, og følte at hun ikke orket mer. En kveld sendte hun en sms til mamma. En sms Natasha tolket som et farvel.

– Mamma ringte meg øyeblikkelig, og sa hun skulle komme til meg med en gang.

Natasha styrtet over til Ceces leilighet. Der pakket hun ned det nødvendigste og sa til Cece, «nå skal du hjem».

– Den kvelden, det øyeblikket da jeg sendte den meldingen, skjønte jeg for alvor hvor tett båndet er mellom mamma og meg. Jeg visste det jo egentlig fra før, men da jeg følte behov for å si farvel, var hun den eneste jeg ville si farvel til.

Cece lot Natasha støtte henne ned trappen, sette henne inn i taxien som ventet og ta henne med hjem.

– Da hun var på sitt aller svakeste og sårbare, lot hun meg få lov til være der for henne. Jeg føler at tilliten Cece hadde til meg da livet hennes

– Mamma var flink til å tilpasse og gradvis gi meg mer selvstendighet og ansvar. Det krevde av henne at hun måtte stole på meg, og jeg måtte vise at jeg var tilliten verdig, sier Cece.



raste, sier ganske mye. Det sier noe om all den tiden vi har tilbragt sammen og alt vi har vært igjennom, sammen.

De to snakket lenge den natten. Og i dagene som fulgte. Som mor kunne ikke Natasha fikse alt for Cece. Men hun støttet henne og var der for henne gjennom hele prosessen.

Viktig «å feile»

Er det en ting alle foreldre kan være helt sikre på, så er det at det er helt umulig å alltid gjøre alt riktig. Heldigvis.

– Mamma og jeg har hatt vår skjerv med uenighet og krangling. Det har noen ganger gått dager hvor vi knapt har vekslet ett ord til hverandre. Men hvem har ikke opplevd det? Vårt bånd er uslittelig. Og det jo ofte sånn at det er lettere å bli sint og krangle skikkelige med det mennesket som står deg aller nærmest,

fordi du vet at den relasjonen er sterkt og supersolid og tåler en krangel. Vi har hatt våre uoverensstemmelser, og jeg er sikker på at det vil bli flere, men det er jo det som er normalt i en familie, ikke sant, smiler Cece.

Psykologspesialisten er helt enig.
– Foreldre vil naturligvis bomme mange ganger i sin tolkning av barnet, både når de er små og når de er ungdommer, men det lar seg som regel reparere igjen. En sterk og robust relasjon trenger også at man har opplevd små brudd og reparasjoner flere ganger. Det skaper tillit å vite at vi er der for hverandre også når ting er vanskelig, ikke bare når ting er enkelt i forholdet. Du er der for meg og vi tåler hverandre, vår relasjon kan romme uenighet, sinne, avvisninger, krangler og konflikter. Vi finner tilbake til hverandre igjen, avslutter Heidi Wittrup Djup. ■

CODE TIPS FOR Å BYGGE EN TILLITSFULL RELASJON TIL BARN.

- Vær nær, tilgjengelig og interessert i barnet ditt.
- Delta på barnets premisser.
- Skap trygghet gjennom dialog, handling og klare rammer.
- Vær ærlig med barnet og svar på det barnet lurar på, enten det er hverdagslige tema eller større, viktige hendelser som griper inn i barnets liv.
- Ha respekt for barnets følelser, interesser og forstand. Vær lyttende, forsøk å forstå barnets perspektiv og ta voksenansvar i dialogen.
- Ansvar for å skape en åpen og ærlig kommunikasjon og en tillitsfull relasjon til foreldrene, skal aldri skyves over på barnet.
- Husk at ungdommens opplevelser og behov er helt reelle. Ikke møt den unge med latterliggjøring, bagatellisering eller avvisning, men vær lyttende, åpen og utforskende.
- Gi den unge tid, respekter selvstendigjæringsprosessen, men vis at du er tilgjengelig både gjennom samtale og handling.
- Husk at tillit ikke er noe du som forelder kan kreve, men noe du gjør deg fortjent til over tid.
- Tillit handler ikke bare om å være nær og trygg i det som er godt, men at relasjonen også tåler vanskelige tema og et helt register av følelser og reaksjoner. Relasjonen blir styrket når den også har erfart utfordringer og reparasjon.

VI MØTER

UNNI
HELTNE

FOTO: PRIVAT

Barn og sorg

Årlig opplever titusener av barn globalt tap av foreldreomsorg. Mange blir forlatt, fordi foreldrene ikke kan ivareta dem på grunn av fattigdom. Andre blir forlatt på grunn av omsorgssvikt, eller foreldes for tidlige død. Uansett årsak, påføres barna et tap og en sorg de ikke skal måtte bære alene.

Tekst: *Marte Wenaas*

Hvorfor er åpenhet om barn og sorg så viktig?

Tidligere var det lite bevissthet om at barn, og særlig små barn, kunne sørge. Ønsket om å skåne barna og «la dem glemme» førte til at sorg ofte ikke ble snakket om. Dette er heldigvis noe som har endret seg de siste årene. I dag har vi mer kunnskap om barns sorg, og er opptatt av hvordan voksne kan støtte barn som har mistet noen i sorg.

Er sorg kulturelt betinget?

Vår kulturelle bakgrunn påvirker måten vi uttrykker smerte på. Normer, tradisjoner og verdensbilde påvirker både uttrykk og ritualer, men opplevelsen av å miste noen som står en nær er trolig ganske universell. For barn er det å miste omsorgspersonene sine veldig truende og overveldende, uansett

hvor og i hvilken kultur de vokser opp.

Hva skjer med barn som opplever tap av foreldre?

Vi vet at barn som mister foreldrene sine er sårbare for å utvikle problemer både på kort og lengre sikt. På kort sikt er det savnet og smerten som er mest påtagelig. Å sørge krever mye mental energi både hos barn og voksne, og for barn kan dette påvirke både kapasitet til å leke, konsentrasjon, læring og sosialt samspill med andre. Barn har også en risiko for å utvikle fysiske og psykiske problemer på lengre sikt. Det er viktig at de blir tatt hånd om av trygge voksne som skjønner og anerkjenner følelsene og reaksjonene de har, og hjelper barnet til å forstå det som har skjedd. En femåring opplever et tap annerledes enn en 12-åring, og kan ha helt andre spørsmål og behov

knyttet til tapet. Barn går også gjennom sorg og tap på nye måter etter hvert som de utvikler seg. Da kan de ha behov for ny informasjon og støtte tilpasset utviklingstrinnet de er på. Dette er det viktig at de som tar vare på barnet er klar over.

Noen barn utagerer, andre stenger det inne. Hvorfor reagerer barn så ulikt?

Barn reagerer på tap både ut fra hvordan de fungerer følelsesmessig og intellektuelt, hvilke erfaringer de har og hvordan de blir tatt vare på og støttet. Relasjonen til den de har mistet og måten tapet skjedde på, spiller også en stor rolle. Å miste noen under dramatiske og traumatiske omstendigheter kan medfører ekstra belastninger og sterke reaksjoner.

Det finnes ingen mal for hvordan

barn vil reagere. Små barn kan reagere på tap med å bli urolige og fortvilet i daglige situasjoner som minner dem om tapet, for eksempel måltider, henting i barnehagen og leggesituasjonen. De kan også reagere med uro, utrygghet og bli redde for at flere rundt dem skal bli borte. Noen mister ferdigheter de har tilegnet seg, og blir midlertidig mer hjelpeløse – får problemer med å kle på seg, spise selv og si fra når de må på do. Eldre barn kan reagere både med engstelse, grubling og sinne. Samtidig ser vi at barn lettere lar seg distrahere og kan ha gode opplevelser og delta i lek samtidig som de sørger. Vi sier gjerne at de går ut og inn av sorgen, mens voksne i stor grad sørger hele tiden. Det er gjerne dette som har fått voksne til å tro at barn ikke sørger like mye som voksne. Men det gjør de. Eldre barn kan få dårlig samvittighet når de lar seg distrahere med morsomme ting midt i sorgen, og det er viktig at de oppmuntres og støttes til dette.

Hvordan er det best å håndtere et barn som er i sorg?

For små barn er det viktig å ta hensyn

til økt behov for trygghet og forutsigbarhet, og for å opprettholde faste rutiner. Det er også viktig å være bevisst på at barnet i en periode kan være mindre selvstendig enn før tapet. Tap av selvstendighet er ofte noe voksne bekymrer seg for og gjerne vil rette på raskt, men her er det viktig å ikke begynne å pushe barnet for tidlig. Trenger barnet å sove sammen med den voksne, trenger det hjelp til spising og påkleding, la det få det. Voksne trenger tid til å komme seg etter et tap, og barn trenger ikke mindre tid.

Større barn trenger økt omsorg og informasjon, de trenger å få anledning til å stille spørsmål om tapet, og om hvordan de selv og de voksne

BAKGRUNN

Seniorrådgiver og spesialist i klinisk psykologi, Senter for krisepsykologi, UiB

AKTUELL

Jobber med barn og mennesker som befinner seg i sorg og krise. Medlem av SOS-barnebyers fagråd.

reagerer. Å være på tilbudssiden med kontakt og samtale er viktig. Fordi barn blir slitne av sorg, er det viktig å være obs på dette både i skole og fritidssammenheng. Barn kan ha mange spørsmål, for eksempel om hvordan hverdagen vi bli uten den de har mistet, dette er det viktig å ta opp og gi barna svar på. Det er også viktig å forsøke å fange opp om barnet har skyldtanker eller grubler på spørsmål rundt tap av omsorgspersonen som de ikke har fått svar på.

Selv om det å miste noen tidlig i livet øker risikoen for å utvikle psykiske og også fysiske vansker, ser vi også at god støtte, et godt fungerende nettverk og, om tilgjengelig, kortvarige intervensjoner kan bidra til å redusere denne risikoen. Dette gjelder både støttetiltak rettet direkte mot barnet og tiltak rettet mot barnets omsorgspersoner og nettverk.

Derfor er SOS-barnebyers arbeid for å støtte familier i krise, og ivareta barn som har mistet sin familieomsorg til å håndtere tapet og sorgen, av stor betydning. ■



Det er viktig at barn som har opplevd tap av foreldre blir tatt hånd om av trygge voksne som skjønner og anerkjenner følelsene de har, og hjelper barnet til å forstå det som har skjedd.

FOTO: DANIEL VAN NOLL

Frihet fra barn-dommens vold

Redd og på randen av panikk hørte Wairegi* døren bli slamret igjen og farens tunge skritt nærme seg. Nok en gang var faren rasende. Nok en gang ville Wairegi få juling, uten at han skjønte hva han hadde gjort galt.

Tekst: Torunn Westerfjell Gilje og Anne Kahura ■ Foto: Jakob Fuhr

Wairegis far gjorde narr og var på ham for alt fra hvordan han oppførte seg, til karakterene på skolen. Ingenting Wairegi gjorde var godt nok, og faren kunne rope og skrike til ham for den minste ting.

Juling og avvisning

Fra han var seks år gammel, ble Wairegi jevnlig slått av faren sin. Hardt.

– Pappa kunne aldri si noe på en rolig måte. Han blåste opp hver minste lille ting, og ga meg pryl. Julingen var fryktelig. Jeg tenkte, hvorfor gjør han dette mot meg? Jeg følte at jeg ikke hørte til i familien min, og lurte på hvorfor jeg hadde blitt født inn i en familie hvor jeg ble så avvist, sier Wairegi.

Holdt det inne

Den en gang så gløgge eleven, med gode karakterer, sluttet å engasjere seg i skolearbeidet. Karakterene ble deretter. Volden han ble utsatt for

hjemme, påvirket sterkt den mentale helsen hans. Wairegi var lei seg, men holdt alle følelsene og tankene sine for seg selv. Han følte seg helt alene i verden.

– Jeg hadde mye vondt. Jeg tok smertestillende nå og da, men hodepinen ga seg ikke.

Ville ikke mer

Wairegi var en gutt som hadde det veldig vanskelig.

– En gang jeg var hjemme alene, fant jeg en flaske parafin og tok to slurker av den. Så la jeg med ned og ventet på at noe skulle skje. Jeg trodde parafinen skulle være så giftig at den tok livet av meg. Men ingenting skjedde. Jeg husker bare den vonde smaken. Da mamma kom hjem, lot jeg som ingenting. Jeg har aldri fortalt henne om det.

Noe måtte skje

Da Wairegi var 13 år, tok moren kontakt med SOS-barnebyers familieprogram for å få rådgivning og hjelp.

Den før så blide sønnen hennes hadde blitt en stille og innesluttet gutt.

– Jeg visste ikke hvordan jeg skulle beskytte sønnen min mot julingen.

Også Wairegis mor ble jevnlig utsatt for ektemannens raseri og vold. Hos SOS-barnebyers familierådgivere møtte de støtte og forståelse. De var ikke den første familien rammet av familievold i Kenya.

Utbredt problem

Rapporten *2019 Violence against Children Survey in Kenya* viser at fysisk vold, i hovedsak utført av foreldre eller andre omsorgspersoner, rammer to av fem jenter og annenhver gutt. Verdens helseorganisasjon



Hos SOS-barnebyers familieprogram traff Wairegi familierådgiver Josephine Rombo. Hun ble redningen hans.

Josephine og Wairegi snakket sammen hver eneste uke. Hun følger fremdeles opp Wairegi når han trenger det.



► estimerer at en milliard barn fra 2-17 år opplevde fysisk, seksuell eller emosjonell vold i 2020.

Noen som så og forsto

Hos SOS-barnebyers familieprogram traff Wairegi familierådgiver Josephine Rombo. Hun ble redningen hans. De snakket sammen hver eneste uke, og etter hvert skjønte hun at han var en dypt deprimeret gutt.

– Han var i en veldig smertefull tilstand, og klarte ikke slippe taket på de vonde minnene fra barndommen – volden og avvísningen fra faren. Wairegi var glad i faren sin og ønsket seg en farsfigur og en god far-sønn-

relasjon. Men jo hardere Wairegi prøvde, jo verre ble volden og kjeftingen, forklarer Josephine Rombo.

Vold ødelegger barn

Vold påvirker barns mentale helse svært negativt, og kan føre til livslang dårlig psykisk helse.

Wairegi innrømmer at volden han har vært utsatt for, har tatt fra han store deler av barndommen.

– Mishandlingen forandret meg til en engstelig og innesluttet gutt. Jeg ble redd for å snakke fordi jeg trodde folk ville dømme meg ut fra hvordan jeg uttrykte meg, og det fratok meg mange muligheter. Det hemmet meg.

Hvis jeg ikke hadde hatt en så vanskelig barndom, ville jeg vært en helt annen person nå.

Stor endring...

Nå er Wairegi 19 år. År med terapi har gjort det lettere for ham å snakke om barndommen. Han bor sammen med moren og lillebroren, i en to-roms i en forstad utenfor Nairobi. Dit flyttet de for å komme unna volden og sinnet til den alkoholisererte faren.

...tar tid

Det å snakke seg igjennom opplevelsene og følelsene rundt dem har vært til stor nytte for Wairegi, og gjort

– Hadde det ikke vært for motivasjonen, alle samtalerne og hjelpen til å åpne opp, ville jeg ha vært et veldig mørkt sted nå, sier Wairegi.

byrden av barndommen lettere å bære. Josephine foreslo også at han kunne prøve å nærme seg faren – snakke om det som skjedde, for å kunne legge det bak seg.

– Forholdet mitt til faren min er litt ambivalent, sukker Wairegi, og ser ned på hendene sine.

– Vi er ikke helt der ennå. Men jeg kan i hvert fall si at forholdet mitt til faren min har vært bedre de siste fem månedene, enn det har vært på 18 år.

Frihetsfølelsen

Med god støtte fra familieprogrammet er Wairegi nå i gang med andreåret på en universitetsutdanning i informasjonsteknologi. Årene med terapi har gjort at han nå er «90 prosent helet», som han sier. Han får fortsatt oppfølging fra Josephine på telefon, WhatsApp eller ansikt til ansikt, når han trenger det.

– Når jeg kan kjenne at jeg har fått løftet hele barndommens byrde av skuldrene mine, da er jeg fri. Og det er den friheten jeg går for nå. Hvis jeg blir helt trygg på meg selv, har jeg mer å gi til menneskene rundt meg. Hadde det ikke vært for motivasjonen, alle samtalerne og hjelpen til å åpne opp, ville jeg ha vært et veldig mørkt sted nå. Kanskje hadde jeg ikke orket å leve. Nå har jeg mot til å møte det som er vanskelig, mot til å stå opp hver morgen og til å si hva jeg mener. ■

*Gutten er anonymisert av hensyn til personvern.

MENTALE HELSEUTFORDRINGER HOS BARN OG UNGE

I løpet av de siste årene har vi sett en økning i mentale helseutfordringer hos stadig yngre mennesker. Psykiske helseutfordringer har blitt ytterligere forverret under covid-19-pandemien, både hos barn og voksne.

- 20 prosent av ungdommer verden over opplever psykiske lidelser, og 15 prosent av ungdommer i land med lav og mellominntekt har vurdert selvmord.
- Selvmord er den fjerde viktigste dødsårsaken blant 15-19-åringene globalt sett.
- Nesten halvparten av psykiske lidelser opptrer før man er 14 år.
- Hvert andre barn i alternativ omsorg har minst en psykiatrisk diagnose.
- 8 av 10 som sliter med mentale helseproblemer får ingen form for hjelp.
- Angst og depresjon alene koster den globale økonomien 1 billion dollar i året.

Kilde: Unicef og WHO



FADDERMØTET

NINA LANGFELDT
FADDER I 34 ÅR OG FRIVILLIG I 21 ÅR.

Jeg har vokst opp med SOS-barnebyer og har hatt eget fadderbarn fra 1987.

Jeg var 21 år og skulle på ryggsekkstur til India, der hadde jeg lyst til å besøke en barneby. Før avreise fikk jeg et fadderbarn, og med adressen på en lapp møtte jeg opp i barnebyen. Fadderbarnet mitt var en tibetansk gutt på fem år som bodde i Green Village i New Dehli. Han snakket i vei og viste frem leker og bøker, tror ikke han tenkte tanken at jeg ikke forstod et ord. Det gjorde sterkt inntrykk å se kontrasten mellom barna i barnebyen og de som bodde på gata i Dehli. Han ble grafiker og fikk egen familie. Møtet gjorde at jeg fortsatt er fadder 34 år senere.

Jeg har også besøkt SOS-barnebyer og familieprogram i Chile, Kosovo, Sør-Afrika og Latvia. Alle steder har jeg vært imponert over engasjementet og omsorgen til SOS-mødrene og de som jobber i familieprogrammene.

Jeg ble frivillig i år 2000. Da fikk SOS-barnebyer TV-aksjonen og jeg var gravid med mitt første barn. Jeg tenkte det var en god anledning til å gjøre en innsats for andre barn som aldri ville få sjansen til det livet min sønn hadde foran seg. Et par år senere fikk den lille gjengen frivillige som var igjen i Skedsmo etter TV-aksjonen forespørsel om å finansiere et hus i en barneby i Latvia. Vi sa ja og brukte nesten fire år på å samle inn 1,2 millioner. Det var morsomt og inspirerende å følge byggingen av barnebyen.

Senere ble det verv både som fylkesleder og leder for landsforeningen for frivillige. Det har vært lærerikt og jeg har alltid vært veldig stolt av å representere en organisasjon som gjør så mye for å forbedre livet til så mange



FOTO: PAAL AUDESTAD

– Det betyr mye for meg å føle at jeg bidrar til at noens liv blir bedre.

barn. SOS-barnebyer har endret seg i takt med verden, og nå har organisasjonen mange forskjellige hjelpeprogram. Som frivillig i over 20 år har det vært mange fine opplevelser av fellesskap, og jeg har nå «gamle kjente» over hele landet. Det betyr mye for meg å føle at jeg bidrar til at noens liv blir bedre, og det er veldig fint å tilhøre et fellesskap helt utenom jobb og familie. Det fellesskapet gjør til og med en veldig meningsfull innsats, så jeg kan anbefale alle å bli frivillig i SOS-barnebyer.

SPØRSMÅL OG SVAR



Bygger dere ikke nye barnebyer lenger? Og hvis det er tilfelle, hvordan skal dere da kunne hjelpe flere barn?

! Det er 568 SOS-barnebyer over hele verden, og vi har per i dag ingen planer om å etablere flere barnebyer. I stedet utvider vi familieprogrammene i barnebyene. Grunnen til at vi øker innsatsen i familieprogrammene, er at vi vet at mange av de barna som ender opp alene uten omsorg har foreldre eller annen familie som med riktig støtte faktisk kan klare å ta seg godt av barna sine. Det beste for barn er å

få vokse opp i sin egen familie, å flytte til en fosterfamilie skal alltid være siste utvei. Å styrke den familien de allerede har er også et rimeligere alternativ enn å gi dem en ny. På den måten kan vi nå ut til mange flere barn.

Har du spørsmål om arbeidet vårt? Send det til SOS-magasinet ved maarika.wellnitz@sos-barnebyer.no.

FOTOREPORTASJE

BETYDNINGEN AV BESTEFORELDRE

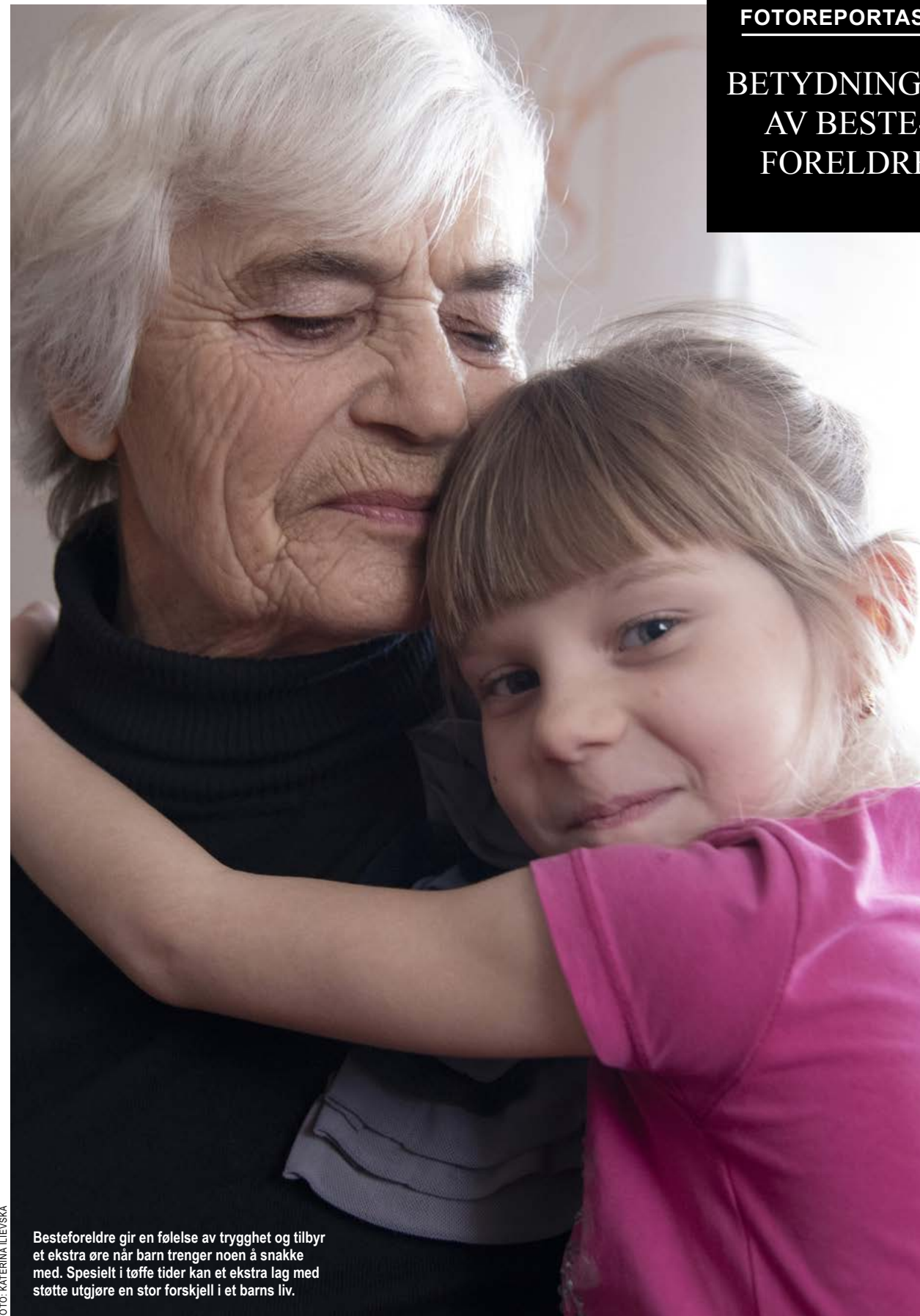


FOTO: KATERINA LLEVSKA

Besteforeldre gir en følelse av trygghet og tilbyr et ekstra øre når barn trenger noen å snakke med. Spesielt i tøffe tider kan et ekstra lag med støtte utgjøre en stor forskjell i et barns liv.



5

FOTO: BJÖRN-OWE HOLMBERG



1

FOTO: KATERINA ILIEVSKA



I mange familier er besteforeldre en svært viktig del av barnas sosiale nettverk. De trer støttende til når det trengs, og er et ekstra sett med omsorgspersoner som kan gi barn trygghet, spesielt i perioder som oppleves som ustabile. I mange land er det ikke uvanlig at besteforeldrene tar over omsorgen når foreldrene faller fra.

Tekst: Maarika Wellnitz



2

FOTO: LUR KATT



4

FOTO: LYDIA MANTLER



3

FOTO: SISSEL AARAK



6

FOTO: MONICA STRÖMÅHL



7

FOTO: JAKOB FUHR

1. Mange foreldre får god støtte av besteforeldre, som tar seg av den daglige omsorgen for barnebarna mens foreldrene jobber.
2. Samværet med besteforeldre kan også være viktig for barnets sosiale liv og utvikling.
3. Mange steder har aids og andre kroniske sykdommer tatt livet av store deler av foreldregenerasjonen. Halvparten av alle afrikanske barn som har mistet foreldrene sine, bor hos sine besteforeldre.
4. Sanam* fra Nepal mistet foreldrene sine da han var tre år. Bestemor Mayia har vært hans trygge base siden.
5. Besteforeldre har oppgaven som både forbilder og formidlere av tradisjoner. Med sin lange livserfaring og kjennskap til familiehistorien kan besteforeldre knytte fortid og nåtid sammen for barna.
6. Barn forstår mer av hvem de er og hvor de kommer fra gjennom sin kontakt med besteforeldrene.
7. Studier viser at barn som har hatt tette bånd til sine besteforeldre, har mindre adferds- og sosiale vansker som ungdom.



FOTO: MUHAMMAD CALLE

Statsbudsjettet 2022

I sitt budsjettforslag for 2022 foreslo avtroppende regjering å øke satsingen på psykisk helse med 50 millioner kroner. Det mener SOS-barnebyer er viktig og riktig, når vi vet at 1 av 5 barn og unge i verden i dag sliter med psykiske helseplager og økningen er alarmerende. Utviklingspolitikken må ta innover seg at befolkningens psykiske helse er en viktig forutsetning for et lands mulighet til å løfte seg ut av fattigdom. Ofte starter dårlig psykisk helse i barndommen. Derfor er tidlig innsats, styrking av familiers mentale helse og åpenhet noen viktige forebyggende tiltak.

SOS-barnebyer er derimot bekymret for at budsjettet ikke reflekterer ambisjonene i barnevernsreformen fordi det gis for lite økonomiske ressurser til å løse de nye oppgavene knyttet til den norske barnevernsreformen.

A Home for a Home

Selv om Partnerskapet med Heimstaden kun er i oppstartsfasen, ser vi allerede omfattende resultater: Bare i første halvår er 20 000 barn blitt en del av programmene som er igangsatt.

Heimstaden og SOS barnebyer har inngått et unikt partnerskap og sammen skapt A Home for a Home. Dette langsiktige og forpliktende samarbeidet innebærer at Heimstaden årlig donerer 100 euro per leilighet selskapet eier. Sammen med Heimstaden og våre nasjonale kontorer i Sverige, Danmark, Island, Nederland, Tsjekkia og Norge skaper vi innovative prosjekter for å hjelpe barn og unge gjennom lokale og globale programmer. Et eksempel er Tsjekkia. Der er det fortsatt et stort antall nyfødte som blir plassert på institusjon. I samarbeid med lokale myndigheter har partnerskapet med Heimstaden gjort det mulig å etablere et program som skal styrke kompetansen til foreldrene, slik at de klarer å ta vare på barna sine. Flere av familiene skal bo i Heimstadens leiligheter i inntil seks måneder, der de får tett oppfølging av fagpersoner.

Partnerskapet består i tillegg av en rekke globale program. Les mer om disse på www.sos-barnebyer.no/vare-partnere/heimstaden.



FOTO: TEODOR BØ

Bli frivillig for SOS-barnebyer

Ta kontakt med en av våre distriktsledere:

Agder:
Stine Jasmine Kristensen
99683599

Akershus:
Kosovare Neziri 93409615

Buskerud:
Annie Heieren 92840670

Innlandet:
Eva Bækkel 99018306

Møre og Romsdal:
Kari Mette Abusland 95125560

Nordland:
Ståle Bakken 95901331

Nord-Trøndelag:
Siv Grethe Aarnes 99244318

Oslo:
Bjørn Nykmark 95830972

Rogaland:
Gry Winterstø 47610111

Sør-Trøndelag:
Ida Marie Ulriksborg 95852928

Troms:
Jonny Ternlind 90181692

Telemark:
Sissel Berit Hoell 91365081

Østfold:
May Gander 92896511

Andre fylker:
frivillig@sos-barnebyer.no

VINNER AV ORD-KONKURRANSE

I forrige utgave av SOS-magasinet spurte vi: **Finner du ti ting som handler om vår?** Vi har trukket en vinner og SOS-hund er på vei til Ingunn Østengen. Gratulerer!

Tusen takk til alle som deltok.



Inviterte partnere

SOS-barnebyer har mange gode partnere. Det er viktig for oss å gi dem god og kontinuerlig oppfølging, slik at de både er løpende informert om hva som skjer i organisasjonen, og at de ser effekten av arbeidet vi sammen legger ned. 27. oktober inviterte vi våre partnere til et digitalt arrangement, hvor vi introduserte vår nye president internasjonalt, Dereje Wordofa. Han oppsummerte det siste halve året i organisasjonen, før han rettet blikket fremover til de omfattende endringene som er i gang for å heve programkvaliteten, sikre barns beskyttelse og en åpen og ansvarlig organisasjon. For å nå målene vi har forpliktet oss til i 2030, trenger vi flere partnere med på laget, understreket han. Psykologspesialist og medlem av SOS-barnebyers fagråd, Heidi Wittrup Djup, var til stede for å snakke om barn i utsatte livssituasjoner og hvordan vi best kan støtte dem. Her trakk hun frem SOS-barnebyers tilnærming med å alltid ta utgangspunkt i hver enkelt families behov og muligheter, som en god metode. Hun la også vekt på betydningen av å bygge tillit, slik at barna blir trygge og stoler på at noen vil dem vel, og at dette er et langsiktig arbeid.



FOTO: KIRKENS BYMISJON/SPENN

Kjøp julegave som gir ekstra glede!

Glassenglene som Kirkens Bymisjon/SPENN har donert til SOS-barnebyer er symboltunge og gir mangedobbel glede. Det er viktig å bli minnet om at knust glass – skarpt, stygt og ødelagt – med kjærlighet og innsats kan omskapes til strålende, vakre engler!

Donasjonen fra Kirkens Bymisjon bidrar til at SOS-barnebyer kan nå ut for å hjelpe mange flere barn. Barn som har opplevd at liv og framtidshåp blir ødelagt og knust, får nytt framtidshåp gjennom å bli en del av SOS-barnebyer sine prosjekter. SOS-barnebyer har vært heldige mottakere av engler de siste årene. Våre 250 engler blir solgt på basarer og julemarkeder arrangert av våre frivillige over hele landet.

Englene fra SPENN kan også kjøpes her: <https://kirkensbymisjon.no/nettbutikk/produkt/hengende-engel-i-glass-sjablong/>

Å skrive et testament er å skrive seg inn i liv som skal leve videre.

Tilgodeser du SOS-barnebyer med hele eller deler av arven, gjør du det mulig for utsatte barn å skape seg sin egen framtid.

For alle barn skal arve jorden.
sos-barnebyer.no/testament

Tlf. 23 35 39 00

Vi kan tilby advokathjelp.



Jan og Anne har ikke bare husrom, men også hjerterom.



Grove knekkebrød

3,5 dl sammalt rug
3,5 dl havregryn
1,5 dl sesamfrø
2 dl solsikkefrø
1 dl linfrø
1 dl hvetekli
2 dl valnøtter
1 ts salt
1 ss honning
7 dl vann

Sett stekeovnen på 180 grader.

Ha alle ingrediensene i kjøkkenmaskinen, det skal eltes i 10 minutter. Legg bakepapir i ei langpanne og smør deigen utover. Stekes først i 10 minutter. Skjær deigen i passe store ruter og stek dem videre i 15 minutter eller til de har blitt gjennomstekt.

God jul fra «hele verden»

Nordsamisk – Buorit Juovllat
Engelsk – Merry Christmas
Finsk – Hyvää Joulua
Spansk – Feliz navidad
Fransk – Joyeux Noël
Tysk – Fröhliche Weihnachten
Portugisisk – Feliz Natal
Italiensk – Boun Natale
Gresk – Kala Christouyenna
Estisk – Häid jõule
Nederlandsk – Vrolijk Kerstfeest
Swahili – Krismasi njema
Indonesisk – Selamat Natal



Bli med på Omvendt Julekalender – førjultidas fineste aktivitet!

Tradisjonen tro inviterer SOS-barnebyer skoleklasser og familier til å bli med på Omvendt Julekalender. Gjennom filmer med ulike temaer gir vi dere innblikk i barns hverdag andre steder i verden, og barna lærer om miljø og bærekraft og hvorfor det er fint å heve blikket iblant og se seg rundt. Barna får se at de er en del av et større fellesskap og at det er viktig å ta vare på hverandre - både i lokalsamfunnet og på tvers av landegrenser og kontinenter. Og at alle kan gjøre en innsats som får betydning

for andre mennesker. Filmene åpner for refleksjon og samtaler om vennskap, klima og bærekraft, ytringsfrihet og betydningen av omsorg, blant annet. Helgelukene byr på bildehistorier, oppskrifter og andre juletips. De som ønsker, kan knytte en innsamling til denne fine juleaktiviteten. Omvendt Julekalender er gratis, og både skoleklasser, enkeltpersoner og familier kan bli med. Det er også en egen kalender for ungdom. Les mer og meld dere på her www.omvendtjulekalender.no

Oppskrifter til jul

Mantecados

(kanelkaker som bakes i Spania, men som opprinnelig er fra Marokko)

250 g hvetemel
1 dl olje
125 g sukker
revet skall av 1/2 sitron
malt kanel

Bland olje, sukker og sitronskall i melet. Rør godt. Trill små kuler som trykkes flate. Plasser dem på stekebrettet og la dem hvile i 20 minutter. Strø over kanel. Stekes ved 200 grader i ca 20 minutter.



Cocadas

(kokosmakroner fra Peru)
2 2/3 kopper kokosmasse
3/4 kopp kondensert melk (Vikingmelk)
1 egg
1/4 ts mandelessens

Bland kokosmasse, egg, kondensert melk og mandelessens i en bolle. La deigen hvile i to-tre minutter. Dekk en plate med bakepapir. Bruk to teskjeer og sett små biter av deigen på platen, ca 24 stk. Stek på 160 °C i ca 25 minutter til de er gylne, tørre og myke på samme tid.

Julegavetips

- Julekaker som mantecados, cocadas eller pepperkaker. Pakk kakene i en liten eske med matpapir nederst, i en liten papirpose eller cellofanpose med et fint bånd rundt.
- Hjemmelagde knekkebrød pakket inn i gråpapir med snor rundt, er en smaksrik julegave.
- Lag hjemmelaget frokostblanding - en blanding med havregryn, frø, hakkede nøtter og tørket frukt. Hell på glass med lokk, f.eks. syltetøyglass, med et fint bånd rundt.
- Lag lykt av syltetøyglass, som du f.eks. deko-rerer med stjerneklistermerker og et telys oppi.
- Hjemmelaget julepynt pakket inn i en fin eske.
- Gjenbruk – for eksempel en bok du har lest.
- Gavekort på arbeidstimer eller invitasjon til å gjøre noe hyggelig sammen en dag:
 - Invitere hjem på middag eller tur i skogen med varm sjokolade på termos
 - Et antall timer du kan hjelpe til i hagen eller med husarbeid
 - Klippekort på å gå tur med hunden eller antall middager du kan lage til familien.

VINN SOS-HUNDEN!

I ordleken har vi plassert 13 ord som handler om vinter og jul. Du finner dem vannrett, loddrett og på tvers.

V	G	L	Ø	G	G	Z	S	P	O
Z	I	C	T	J	W	R	N	I	S
U	B	N	A	U	S	W	Ø	Æ	N
F	M	P	T	L	V	R	F	T	Ø
G	R	L	M	E	F	H	N	G	M
A	I	O	Ø	A	R	I	U	V	A
V	A	X	S	F	B	S	G	E	N
E	E	R	Æ	T	L	K	G	L	N
R	K	T	F	E	R	I	E	X	O
D	H	M	A	N	D	E	L	J	U

Skriv ned ordene og send dem til konkurranse@sos-barnebyer.no, eller SOS-barnebyer ved Maarika Wellnitz, Postboks 733 Sentrum, 0105 Oslo. Frist 20. desember 2021.

RETURADRESSE:

SOS-barnebyer

4896 Grimstad

TUSEN TAKK

for engasjementet du har vist gjennom 2021.
Uten deg hadde vi ikke kunnet drive vårt arbeid
med å sikre at barn får en trygg og stabil oppvekst.

Alle barn har en iboende kraft. De har alle muligheter
til å skape positiv endring for seg selv og verden.
Men de klarer det ikke alene.

Din støtte er viktig. Du bidrar til en snuoperasjon for
barna som trenger det mest. Du er med på å endre liv.

Tusen takk for støtten i året som er gått!
Vi gleder oss til tiden fremover sammen med deg.

En riktig god jul!



SOS
BARNEBYER