



## Hjálpumst að heima og heiman!

Við sendum þér 3.500 kr. valgreiðslu í heimabankann svo þú getir hjálpað þeim sem þurfa á því að halda.





# Afl til breytinga

Pegar þessi orð eru skrifuð eru tæpar tvær vikur til kosninga á Íslandi. Stjórn mála flokkar og fulltrúar þeirra keppast um að koma málefnaáherslum sínum á framfæri og kynna lausnir sínar á vandamálum sem blasa við í íslensku samfélagi. Kynna sig sem afl til breytingar. Þetta er eðlilegur framgangur í lýðræðisþjóðfélagi og hver og einn kys eftir sínu hjarta. Hvert atkvæði skiptir máli og mörg atkvæði til sama stjórn mála flokks tryggir áhrif þess flokks, þeim mun fleiri þeim mun betra segja allir flokkarnir.

Hjálparstarf kirkjunnar er ekki stjórn mála afl og skiptir sér ekki af flokkapólitík. En við teljum okkur samt afl til breytinga, erum á vissan hátt í framboði, viljum kynna starf okkar og hvetja þig til að styrkja það. Við viljum kynna lausnir og leiðir til að gera heiminn betri. Þú getur lesið um verkefni okkar í fréttabréfum og starfsskýrslum Hjálparstarfsins sem þú finnur á heimasíðunni okkar.

Hjálparstarf kirkjunnar er aðili að Alþjóðlegu hjálparstarfi kirkna – ACT Alliance, sem 150 kirkjur og kirkjutengdar stofnanir sem starfa í 127 löndum, eru aðilar að. Undirritaður var nýlega á Allsherjarþingi samtakanna í Yogyakarta í Indónesíu. Í megin skilaboðum þingsins segir meðal annars: „Það hefur aldrei verið brýnna en nú að samtökin séu leiðarljós vonar og standi vörð um mannréttindi, mannlega reisn, réttlæti, frið og umhverfisvernd.“ Jafnframt segir: „Langvarandi ófriður og krísur hafa ógnað mannréttindum, jafnræði og jafnrétti kynjanna. Saman viljum við vinna að félags- og efnahagslegu réttlæti á tímum loftslagsbreytinga.“

Með ACT er Hjálparstarfið hluti af alþjóðlegu afli sem vill hafa áhrif til hins betra. Í gegnum ACT styðjum við mannúðaraðstoð meðal annars á Gasa, Súdan og í Úkraínu og nágrannalöndum. Við krefjumst þess að alþjóðalög um mannúðaraðstoð séu virt svo saklaust fólk fái lífsnauðsynlega hjálp.

Hjálparstarfið leggur ríka áherslu á að aðstoða fjölskyldufólk sem býr við kröpp kjör fyrir jólin. Við viljum að allar fjölskyldur geti glaðst, gefið gjafir og átt góðar stundir með ættingjum og vinum, ekki síst börnin. Það er brýnt að þau upplifi öll gleði og frið.

Aðstoðin sem Hjálparstarfið veitir tekur mið af aðstæðum hvers og eins. Hún er fyrst og fremst í formi inneignarkorta fyrir matvöru en fólk í brynni þörf fær einnig jólagjafir fyrir börnin og sparifatnað. Fyrir síðustu jól fengu 1.724 fjölskyldur um allt land stuðning (um 4.600 einstaklingar). Við eigum von á að svipaður fjöldi neyðist til að leita til okkar fyrir þessi jól.

Ef þú vilt styðja þetta starf, heima og að heiman, getur þú greitt valgreiðslu í heimabankanum þínum. Því fleiri sem styðja okkur, því öflugra verður starf okkar fyrir betri heimi.

Takk fyrir stuðninginn og gleðileg jól,

Bjarni Gíslason,

framkvæmdastjóri Hjálparstarfs kirkjunnar



# Aðstoð við efnalitlar fjölskyldur fyrir jólin

Í desember aðstoðar Hjálparstarf kirkjunnar fólk sem býr við fátækt svo það geti gert sér dagamun yfir hátíðirnar. Stuðningurinn tekur mið af aðstæðum hvers og eins og er fyrst og fremst í formi inneignarkorta í matvöruverslunum sem verða gefin út eigi síðar en 20. desember.

Foreldrum sem búa við kröpp kjör býðst auk þess jólafatnaður og gjafir fyrir börnin.

Tekið er á móti umsóknum frá barnafjölskyldum í Reykjavík á skrifstofu Hjálparstarfs kirkjunnar, Háaleitisbraut 66, neðri hæð, þann 28. nóvember og 29. nóvember kl. 10.00-15.00.

Umsækjendur eru beðnir um að mæta með gögn sem sýna tekjur og útgjöld síðasta mánaðar.

Umsóknarfrestur fyrir umsókn á heimasíðu Hjálparstarfsins er 10. desember næstkomandi.

Hjálparstarf kirkjunnar, [www.hjalparstarfkirkjunnar.is](http://www.hjalparstarfkirkjunnar.is), Háaleitisbraut 66, 103 Reykjavík, sími 528 4400.

# Assistance for low-income families in December

Icelandic Church Aid assists low-income families before Christmas.

Support is provided with debit cards in grocery stores issued at the latest on December 20<sup>th</sup>.

Second-hand festive clothes and presents for children are also provided.

Families with children, living in Reykjavík, may apply at the Icelandic Church Aid Office at Háaleitisbraut 66, lower floor. Application days are on November 28<sup>th</sup> and November 29<sup>th</sup> between 10.00 and 15.00.

Please remember to bring income and expenses documents (mortgage payments, rent, nursery school, heat, electricity, etc).

Deadline for on-line application is December 10<sup>th</sup>.

Icelandic Church Aid, [www.hjalparstarfkirkjunnar.is](http://www.hjalparstarfkirkjunnar.is), Háaleitisbraut 66, 103 Reykjavík, Phone: 528 4400





# Einmanaleikinn er hræðilegur fylgifiskur fátæktar

**Leita þarf aftur til hrunáranna til að finna fleiri umsóknir um skólaaðstoð en bárust félagsráðgjöfum Hjálparstarfsins í haust. Nú nálgast jólin óðfluga en aldrei er þörfin fyrir neyðaraðstoð Hjálparstarfsins eins mikil og einmitt í aðdraganda hátíðanna.**

Vilborg Oddsdóttir, félagsráðgjafi og verkefnastýra innlendra verkefna hjá Hjálparstarfinu, metur stöðuna svo að ekkert bendi í raun til annars en að enn þengi að þeim hópi sem var fyrir í viðkvæmri stöðu. Upphaf skólaársins í haust sýnir þetta glöggt en 127 fjölskyldur fengu skólatöskur, skólagögn, fatnað og fleira í upphafi skólaársins. Þessa stuðnings nutu á fjórða hundrað börn.

Staðan nú endurspeglar því fyrri ár þegar starfsfólk Hjálparstarfsins varð með ápreifanlegum hætti vart við að þrengingar fólks voru að aukast jafn og þétt. Í fyrrihaust og haustið á undan leitaði áþekkur hópur fólks eftir aðstoð í upphafi skólaársins. Haustið 2023 voru börnin 253 úr 109 fjölskyldum sem fengu aðstoð. Þá höfðu í rúmlega 50 ára sögu Hjálparstarfsins aldrei borist jafn margar umsóknir um neyðaraðstoð í upphafi skólaárs, að hrunárunum undanteknum. Til samanburðar sótti 81 fjölskylda um sambærilega aðstoð árið 2021. Nú sem fyrr er hækkun húsnæðiskostnaðar og matvöruverðs helsta skýringin á fjölgun umsókna milli ára.

## **Þörfin aldrei eins áberandi**

Hjálparstarf kirkjunnar veitir fólki sem býr við fátækt á Íslandi efnislegan stuðning og félagslega ráðgjöf allt árið. Neyðaraðstoð felst fyrst og fremst í að aðstoða fólk til matarinnkaupa en einnig er veitt annars konar aðstoð.

Aldrei er þörfin eins áberandi og um jólin en starfsmenn Hjálparstarfsins eru þegar byrjaðir að undirbúa úthlutun í aðdraganda hátíðanna, sem er annasamasti tími ársins. Gera má ráð fyrir að fólk sem leitar til Hjálparstarfsins verði síst færri en undanfarin ár. Margir eru í mjög erfiðri stöðu og því ekkert sem bendir til annars en að stór hópur leiti stuðnings fyrir komandi jól eins og undanfarin ár. Fjöldi umsókna við upphaf skólasterfs í haust bendir eindregið í þá átt.

## **Vandi fjölskyldna vex**

Á dögnum ræddi Vilborg málefni fátækra fjölskyldna við Rauða borð Samstöðvarinnar. Hún sagðist ekki beint sjá





fjölgun í þeim hópi sem leitar til Hjálparstarfsins, heldur að þau sem koma til að leita sér aðstoðar séu í miklu meiri vanda en áður. Vandi þeirra fjölskyldna sem hafa átt undir högg að sækja vex.

Um stöðu þessara fjölskyldna sagði Vilborg:

„Það sem mér finnst sárast að sjá er þetta vonleysi sem fylgir þeirri upplifun að tilheyra ekki því samfélagi sem þú lifir í. Um leið og þú hættir að tilheyra, að þér finnst þú ekki gera gagn og skipta engu máli, þá er alveg hræðilega erfitt að taka þátt í samfélaginu sem þú ert þó hluti af. Það er þessi hópur sem er að stækka. Það er breytingin sem ég sé í mínum störfum og samtali við fólk sem til okkar leitar. Það er sárt að heyra fólk segja: Ég hef ekkert að gefa. Ég skipti engu máli. Það hlustar enginn á mig. Þetta er að aukast og er hættulegt fyrir hvaða samfélag sem er. Á þessu verður að vinna markvisst áður en vandamálið vex okkur yfir höfuð og við missum þetta frá okkur,“ segir Vilborg og bætir við að hluti lausnarinna geti verið hlutastarf eða staður til að sinna áhugamálum og allt þar á milli. Að fólk sem glímur við fátækt, til lengri eða skemmri tíma, hafi hlutverk í samfélaginu og upplifi sig velkomið og jafngilt öllum öðrum.

## En hvað er til ráða?

„Ef ég ætti að nefna það fyrsta sem þarf að leysa þá eru það húsnæðismálin. Húsnæðismarkaðurinn er að fara

með fólk – svo einfalt er það. Það er stærsta áskorunin sem við stöndum frammi fyrir sem samfélag og þarf að vinna í að leysa tafarlaust. Það þarf að byggja félagslegt húsnæði og við verðum að vera djörf, t.d. með því að byggja tímabundið bráðabirgðahúsnæði fyrir ungt fólk og efnaminna á dýrum lóðum, sem er húsnæði sem má svo taka upp og færa þegar framkvæmdir hefjast,“ segir Vilborg og bendir á að þetta hefur verið gert í Kaupmannahöfn með góðum árangri.

„Við verðum að þora að hugsa út fyrir rammann og hugsa í nýjum lausnum. Það sem við höfum verið að gera er ekki að skila því sem til þarf,“ segir Vilborg.

En vandi þeirra sem býr við fátækt er oft á tíðum djúpstæður og tengist áföllum fyrr á ævinni. Þetta einkennir stóran hóp fólks, alls ekki alla, sem kemur til Hjálparstarfsins. Það þarf því að breyta miklu til að koma í veg fyrir fátækt, einmanaleika og félagslega einangrun.

„Einmanaleikinn er hræðilegur fylgifiskur fátæktar. Síðan myndast vítahringur sem börn sem búa við fátækt ná aldrei að rjúfa. Við erum að sjá þriðju og fjórðu kynslóð barna, einstaklinga, sem eru föst í fátæktargildru með öllu sem því fylgir. Þá erum við að tala um skólágöngu, styttri lífslíkur og fleira. Þetta eru ekki bara krónur og aurar heldur tekur fátæktin yfir öll lífsgæði fjölskyldna. Þetta sjáum við ítrekað í okkar daglegu störfum.“







# JÓL Í FJARLÆGUM LÖNDUM

Jól í Eþíópíu  
Jónas Þórisson segir frá.

Til eru vísbendingar um að Eþíópíar hafi verið meðal fyrstu löndanna utan rómverska heimsveldisþjóða að heyrja jólabodskapinn. „Þú er í dag frelsari föddinn.“ Í Eþíópíu er ávarf kristinur.

Eþíópíar fylgja júlíónsku tímatali og því er þar nú árið 1982. Í árinu eru 12 mánaðir með 30 dögum og einn mánaður með fimm eða sex dögum. Nýársdagur er 11. september. Jóladaður er 12. september. Jóladaður er hins vegar í talness-mánaði eða 7. janúar.

Á aðfangadagskvöldi eru oft kvíðsammerur í kirkjunum þar sem mikið er sungið og jólagæðum er jafnvel flutt í leikrænu formi. Á jóladagsmorgun er vakning og hefist þá matarand-  
... er að gera sér

og vel það. En jólin eru nú aðeins einu stund á ári og því ekki að njóta þeirra? Jólagjafir eru fátíðir en margir reyna að taka til heima hjá sér og skreyta hús sín með blómum og trjágreinum.

Jól í Ghana  
Daniel Hansen segir frá.

Aðeins hluti af Ghananöfnum tilheyra kristnum söfnuðum og haldja jól. Meirihluti landsmanna eru annars trúar og því er stemningin í jólaböllum fyrir jólin ekki ódráttis en venjulega jólahaldnið fer mikið eftir fjöllum og aðstæðum. Yfirráttin fólks og aðstæðum. Yfirráttin fólks og aðstæðum.

Jólahaldnið fer mikið eftir fjöllum og aðstæðum. Yfirráttin fólks og aðstæðum. Yfirráttin fólks og aðstæðum.

Jólin hefjast á jóladag, 25. desember, og standa einungis í einum dag. Aðfangadagskvöld er ekki haldið hægilegt, en jólaundirbúningur er hafinn. Kl. 12 á írðingunum er hátíðin. Kl. 12 á írðingunum er hátíðin.

HÖNDIN

Fréttablað Hjálparstofnunar kirkjunnar

Reykjavík 1978

Reykjavík 1979

## Brauð handa hungurðum heimi

Landssöfnun á jólaföstu — Sjá bls. 2 og 3



Ávarp herra Sigurbjörns Einarssonar, biskups, til landsmanna  
— Sjá opnu

Aðstoð við Sudúr-Súdan  
— Sjá bls. 14

Heimur fullur mismunar  
— Sjá bls. 4 og 5

## VIÐRÁÐANLEGT VERKEFNI FYRIR ÍSLENDINGA: FLÓTTADRENGIR Í HONDÚRAS



Svo sem kunnugt er af löngum tíðum hafa börðir harðar garðir í Mið-Ameríkíu. Nærlega undanfarnar vikur, en heyrandi þú hefur verið hál þar í landi var fundast í rúmum hluta sömu menningu. Svo eru Costa Rica í merktu í Hondúras í meiri. Síu hluti fundastinnu sölu og í vöðugum vegna græmdufarlega alitara löngu. Þeir hafa farið um í samann þorgum og höfðum. Þeir hafa farið um í samann þorgum og höfðum. Þeir hafa farið um í samann þorgum og höfðum.

FRÉTTA-MOLAR  
— Sjá bls. 6

SPÉGILL NEYTANDANS  
— Sjá bakheftu

„AD BÆTA BORDI Í BAT“  
— Sjá báðara bls. 2

HÖNDIN

Bogi Agústsson fréttamaður:

## ÓMELDAR HÖRMUNG-AR Í KAMPUTSEU

Kurt Waldheim, ástafur í Wien, hefur verið sakaður um hvarfningu í Kamputseu. Hann hefur verið sakaður um hvarfningu í Kamputseu. Hann hefur verið sakaður um hvarfningu í Kamputseu.



Norður-Vietnama styrftu allt að ein milljón fátta manna til Thailand, og voru aðrir þegar hundur milljónir. Thailand hefur verið sakaður um hvarfningu í Kamputseu. Thailand hefur verið sakaður um hvarfningu í Kamputseu.

### EÞÍÓPÍA

Hjálparstofnun kirkjunnar er að hefja samstarf við Kírímabód-  
... afriktu fyrirtæki á árangurs-  
... afriktu fyrirtæki á árangurs-  
... afriktu fyrirtæki á árangurs-

afriktu fyrirtæki á árangurs-  
... afriktu fyrirtæki á árangurs-  
... afriktu fyrirtæki á árangurs-

## MARGT SMÁTT



„Ekkert er þeim borgið nema hjálpi komi til“  
— Sjá bls. 4

„Ég heiti einlægum stuðningi mínum“  
— Sjá bls. 4

„AD BÆTA BORDI Í BAT“  
— Sjá báðara bls. 2

Svo hljómar inntakið í ávarpi Sigurbjörns Einarssonar, biskups Íslands, til lesenda fyrsta fréttabréfs Hjálparstofnunar kirkjunnar í **desember árið 1975**, og horfir hann þar til baka til þeirra fimm ára sem voru liðin frá því að starfsemin hófst. Enn þann dag í dag er þessari sömu línu fylgt og á síðum blaðsins hefur verið greint frá þeim fjölbreyttu verkefnum sem Hjálparstarfið hefur sinnt. Þar er að finna umfjöllun fimm áratuga um margt sem er framandi er varðar verklag við hjálparstarf, en annað er kunnugt.

Fjöldi þeirra verkefna sem Hjálparstarfið hefur stutt á einn eða annan hátt er erfitt að telja saman. Hitt liggur fyrir að Hjálparstarfið hefur starfað í 61 landi í fimm heimsálfum frá stofnun þess árið 1970 – og er þar um að ræða mannúðaraðstoð vegna stríðsátaka og náttúruhamfara auk þróunaraðstoðar í fjölmörgum ríkjum heims, ekki síst í Afríku.

**Höndin og síðar Margt smátt...**

Fyrsti umsjónarmaður fréttabréfs Hjálparstarfs kirkjunnar var Guðmundur Einarsson, þá nýtekin við sem framkvæmdastjóri Hjálparstarfsins. **Árið 1976** hóf fréttabréfið göngu sína undir heitinu Höndin en þá komu að fyrsta tölublaðinu auk Guðmundar, sem titlaður var ritstjóri og ábyrgðarmaður, fimm blaðamenn og tveir ljósmyndarar auk hönnuðar sem komu að útgáfunni. Tölublöðin á eftir skrifuðu tveir til þrjár blaðamenn, auk Guðmundar. Þegar leið á er Guðmundur einn nefndur en prestar og aðrir lausapennar sendu inn greinar, og þá ekki síst biskup Íslands, Sigurbjörn Einarsson.

Benedikt Jasonarson ritstjóri Höndinni um skeið svo og Kristjana Jónsdóttir. Önnur sem það gerðu áður en útgáfan lagðist tímabundið af árið 1985 voru þau Hilmar





Baldursson, Sigurjón Heiðarsson, Jenný Ásmundsdóttir og Gunnlaugur Stefánsson.

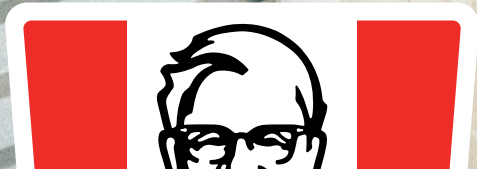
Árið 1988 hófst útgáfa fréttabréfsins að nýju með útgáfu eins tölublaðs fyrir jólin. Árið eftir hófst útgáfan að nýju og fékk fréttabréfið þá heitið **Margt smátt...** sem gefið hefur verið út til þessa dags. Má þó geta þess að í ársbyrjun var þetta heiti fréttabréfsins fellt niður. En útgáfan hefur verið samfelld frá 1988 og hafa sex starfsmenn Hjálparstarfsins farið með umsjón þess eru eru: Þórdís Sigurðardóttir (1989 – 1990), Jóhannes Tómasson (1990 – 1996), Anna M. P. Ólafsdóttir (1996 – 2007, 2013), Bjarni

Gíslason, núverandi framkvæmdastjóri Hjálparstarfsins (des 2007 – 2013), Kristín Ólafsdóttir, núverandi verkefnastýra erlendra verkefna (2014 – 2022) og Svavar Hávarðsson, fræðslu- og upplýsingafulltrúi Hjálparstarfsins, sem hefur haft útgáfuna með höndum síðan í ársbyrjun 2023.

Á timarit.is má nálgast alla árganga fréttabréfs Hjálparstarfsins frá upphafi til þessa dags, en áhugasamir geta sem fyrr nálgast blöðin sem gefin hafa verið út frá og með árinu 2015 á vef Hjálparstarfsins.











Hjónin Elias og Elhan ásamt dætrum sínum fjórum. Myndin er tekin við hús fjölskyldunnar.

## Fræðsla og fræ breyttu vörn í sókn

**Purrkar og óáreiðanlegt veðurfar gerir búskap í sveitum Eþíópíu afar erfiðan.**

**Dæmin sanna þó að bæta má hag fátækra bænda með minniháttar inngrípi og stuðningi.**

### Stærsta verkefni Hjálparstarfs kirkjunnar

Í þróunarsamvinnu er með sárafátækum sjálfspurftar-bændum í Sómalífylki í Eþíópíu en landið er í 176 sæti af 193 á lífskjaralista Sameinuðu þjóðanna (2022). Meginmarkmið verkefnisins eru að bæta aðgengi að drykkjarhæfu vatni, að fólkið geti aukið fæðuöryggi sitt með skilvirkum aðferðum í landbúnaði og umhverfisvernd og að styrkja stöðu kvenna, samfélaginu öllu til farsældar.

Í Sómalífylki ógna þurrkar og óstöðugt veðurfar fæðuöryggi fólksins. Þegar lítið sem ekkert rignir á hefðbundnum regntíma verður uppskeran rýr og fátæktin sífellt sárari. Íbúar fylkisins hafa lifibrauð af kameldýra- og nautgripærækt, sauðfjár- og geitarækt en í sífellt meira mæli af korn- og grænmetisræktun. Samfélagið hefur mjög takmarkað aðgengi að vatni, rafmagni, mörkuðum og lánsfé enda er fæðuöryggi mjög lítið og á þurrkatímum er fólkið háð mataraðstoð stjórnvalda og hjálparsamtaka.

„ Veðurfarið undanfarin ár er síbreytilegt og það er orðið erfitt eða nær ómögulegt að vita hvenær best er að hefja sáningu – ólíkt því sem áður var

### Búskapurinn þrautin þyngri

Þúsundir fjölskyldna hafa fengið aðstoð með einum eða öðrum hætti frá því að verkefnið var sett á laggirnar. Á meðal þeirra sem hafa fengið stuðning eru Elias Abdi Bere, 26 ára gamall bóndi, og eiginkona hans Elhan Mohammad sem búa í sveitarfélaginu Bersile í Kebribeyah héraði í Sómalífylki. Þau eiga fjórar dætur á aldrinum eins til sex ára og byggja lífsafkomu sína á uppskeru af tveggja hektara landskika sem þau eiga. Í gegnum árin hefur það reynst þeim þrautin þyngri; aðallega vegna þess hversu óáreiðanlegt veðurfar í landinu er orðið og rakið er til hnattrænna loftslagsbreytinga.



„Veðurfarið undanfarin ár er síbreytilegt og það er orðið erfitt eða nær ómögulegt að vita hvenær best er að hefja sáningu – ólíkt því sem áður var,“ segir Elias en regntíminn, sem fyrr á árum var stöðugur, hefst nú sum ár síðar en áður var eða hefst á hefðbundnum tíma og lýkur mun fyrr. Þetta hefur þær afleiðingar í för með sér að uppskeran er rýrari en annars væri eða bregst alveg, að sögn bóndans unga.

„Uppskerutíminn hefur reglulega gefið svo lítið af sér að það dugir ekki til að brauðfæða fjölskylduna. Því hef ég þurft að leita aðstoðar skyldmenna til að komast af.“

## Eftirtektarverður árangur

Þegar verkefni Hjálparstarfsins hófst var Elias og fjölskylda hans á meðal þeirra sem valin voru til að taka þátt í þeim hluta verkefnisins sem lýtur að bættum ræktunaraðferðum. Auk fræðslu um hvernig mögulegt væri að aðlaga búskapinn að breyttu veðurfari fékk hann úthlutað þurrkþolnum fræum til að rækta máis, lauk, papriku og vatnsmelónur. Árangurinn var eftirtektarverður.

Árið 2023 sáði fjölskyldan máisfræum. Uppskeran dugði til að þau gátu selt hluta hennar og átta töluvert eftir til eigin neyslu auk þess sem hluti uppskerunnar nýttist til sáningar. Afraksturinn af sölu afurðanna dugði einnig til leigu á dráttarvél svo mögulegt var að plægja allan landskikann á stuttum tíma. Svo var máis-, lauk-, papriku-, og vatnsmelónufræum sáð í þessa tvo hektara lands og þegar samstarfsmenn Hjálparstarfsins hittu Elias var akur hans í blóma og útlitið gott með uppskeru ársins 2024.

„Veðrið lofar góðu og útlit fyrir að við fáum nægt regn.

Því munum við fá ríflega uppskeru af korni, grænmeti og ávöxtum. Við getum selt mikið af uppskerunni á markaði og ég vænti þess að fá um 130.000 eþíópísk birr fyrir. Það er svo rífleg innkoma að hún mun breyta lífi okkar til allrar framtíðar,“ sagði Elias sem bætir því við að nú á fjölskyldan tvær mjólkandi kýr og geitur. Staða fjölskyldunnar er því gjörbreytt. Ef fram fer sem horfir þá getur þessi sex manna fjölskylda uppfyllt allar sínar þarfir án aðstoðar frá öðrum. Þessi staða opnar auk þess dyr sem áður voru þeim lokaðar, ekki síst með tilliti til möguleika stúlkanna fjögurra sem geta nú gengið menntaveginum sem lengi vel var fjarlægur draumur.

„Nú er allt betra en það var áður,“ segir Elias.



Elias við vinnu sína á akrinum ásamt tveimur af dætrum sínum.



Elias fékk ríflega uppskeru af lauk sem gefur af sér töluverðar tekjur við sölu á markaði.



# Ólst upp í sárafátækt en á sér stóran draum



Bridget á hárgreiðslustofunni sinni en hún hefur lagt mikið á sig til að þessi draumur yrði að veruleika.

**Börn og ungmenni sem alast upp í sárafátækt í Kampala, höfuðborg Úganda, eiga flest fáa kosti. Mörg eru misnotuð frá unga aldri. Þau sem fá tækifæri nýta það oft en ekki til hins ítrasta og draumurinn er að eignast eigin fyrirtæki.**

Bridget Katushame er sautján ára gömul stúlka sem býr í Kampala, höfuðborg Úganda. Hún, eins og svo mörg börn og ungmenni í borginni, ólst upp í sárafátækt. Þessa stöðu hennar nýttu sér henni eldri karlmenn en það var eins með hana og fjölmarga jafnaldra hennar að hafa fengið sáralitla eða enga fræðslu um hættur á netinu og ábyrga net- og samfélagsmiðlanotkun. Þegar félagsráðgjafar UYDEL buðu henni að hefja nám í einni af smiðjum samtakanna var hún, þá aðeins fimmtán ára, í raun ofurseld kvölurum sínum og fórnarlamb kynferðislegrar misnotkunar á netinu.

## Lifði á loftinu

Þegar í smiðjuna var komið valdi Bridget að leggja stund á hárgreiðslunám. Þess utan tók hún þátt í fjölmörgum námskeiðum sem hugsuð eru til að styrkja ungt fólk í atvinnuleit. Við útskrift árið 2023, fékk Bridget vinnu á hárgreiðslustofunni Maama Bridget's Saloon í einu hverfa Kampala er heitir Kinawataka. Einmitt þar setti hún á fót sína eigin hárgreiðslustofu þá um haustið og nefndi Bridget's Beauty Saloon. Bridget nýtti til þess sparifé sitt sem hún hafði önglað saman á ótrúlega stuttum tíma, eða þremur mánuðum. Þá mánuði „lifði hún á loftinu“, til að flýta því að draumur hennar gæti ræst.

Mánaðarlega nær Bridget að afla nægilegra tekna til að borga leigu, kaupa helstu nauðsynjar, bæði fyrir sig og systkini sín. Þess utan leggur hún fyrir til að kaupa fjölbreyttar snyrtivörur og eykur þannig úrvalið fyrir viðskiptavinum stofunnar.

En það er ekki tekið út með sældinni að byggja upp lítið fyrirtæki í milljónaborginni Kampala. Aðspurð um hvernig rekstur snyrtistofunnar gengur, segir Bridget.

## Langir dagar

„Ég þarf að vinna alla daga vikunnar. Opna stofuna alltaf klukkan sjö og hef opið fram undir myrkur. Það gengur stundum vel en svo eru líka erfiðleikar. Þess vegna verð ég að vinna eins mikið og ég mögulega get.“ Þetta þýðir við miðbaug, þar sem Kampala liggur, að stofan hefur afskaplega reglulegan opnunartíma, enda gengur sól þar til víðar á svipuðum tíma alla daga.

Bridget útskýrir að viðskiptavinir hennar koma inn af götunni á öllum tímum, og eru það konur eingöngu. Aðspurð segir hún að karlmenn væru velkomnir ef herraklipping hefði verið hluti af náminu í smiðju UYDEL. Svo var hins vegar



” Eftir þrjú ár ætla ég að eiga stóra snyrtistofu og hafa margar stelpur í vinnu.

ekki enda var henni kennt að flétta hár kynsystra sinna sem gefur góð atvinnutækifæri. Það er reyndar ekki erfitt að átta sig á því af hverju svo er, enda virðast allar konur í borginni vera með fléttað hár og sinna því af mikilli kostgæfni. Má nefna að sá sem hér heldur á penna spurði úganska konu, bláeygur, hvort fyrir þessari hártísku tengdust einhverjar hefðir eða eitthvað sem ætti djúpar rætur í menningu landsmanna. Þessari spurningu fylgdi stutt en skýrt svar.

„Nei, við viljum bara líta vel út.“

### Ég og vinkonurnar

Bridget segist vera hamingjusöm.

„Ég get stutt mömmu mína og látið hana fá smá pening. Systkini mín fá líka meira öryggi,“ segir Bridget og lítur bjartsýn til framtíðarinnar.

„Eftir þrjú ár ætla ég að eiga stóra snyrtistofu og hafa margar stelpur í vinnu. Ég og vinkonur mínar getum þá unnið saman. Það verður líka verslun með alls konar snyrtivörur og falleg föt. Ég þarf að vinna mikið en það er allt í lagi. Ég er búin að eiga stofuna mína í sex mánuði. Ef mér gengur áfram vel þá mun draumur minn rætast – það er alveg öruggt,“ segir Bridget og kveður okkur með breiðu brosi.





# Milljónir eiga um sárt að binda í Súdan



Flóttafólk flæðir yfir landamæri Súdan og Suður-Súdan við Joda landamærastöðina. Mynd/UNHCR - Ala Khair

## Borgarastríðið í Súdan hefur nú geysað í vel á annað ár. Margir tala um „gleymda stríðið“ en staða almennra borgara í Súdan er skelfileg og versnar með hverjum deginum.

Hörð átök milli súdanska stjórnarhersins (SAF) og sveita uppreisnarhersins Rapid Support Forces (RSF) hafa nú varað í Súdan í á annað ár. Átökin eiga rætur sínar að rekja til valdabaráttu tveggja hershöfðingja sem sátóðu sameiginlega að valdaráni í landinu árið 2019 þegar fyrrverandi forseta landsins var stept af stóli en hann hafði þá setið í embætti í tæpa þrjú áratugi. Herstjórn hershöfðingjanna tók við en spenna þeirra á milli hafði farið stigvaxandi þar sem þeir deildu um innleiðingu nýs stjórnarfars í landinu og aðlögun RSF sveitanna að stjórnarhernum.

Frá því átökin hófust þann 15. apríl 2023 hafa þúsundir fallið í átökunum og tugir þúsunda hafa særst. Nú þegar átökin hafa staðið svo lengi sem raun ber vitni er sú staða komin upp að hungursneyð geisar í landinu þar sem milljónir búa við alvarlegan næringarskort og fjölmargir deyja hungurdauða dag hvern. Þess utan hafa milljónir íbúa landsins neyðst til að yfirgefa heimkynni sín og eru á vergangi innan Súdan en 2,1 milljón manns hafa flúið til Mið-Afríkulyðveldisins, Chad, Egyptalands, Suður-Súdan og Eþíópíu. Allt þetta fólk er í brýnni þörf fyrir aðstoð hvort sem það hefst að hjá ættingjum innanlands eða í yfirfullum flóttamannabúðum í nágrennaríkjum.

Hjálparstarf kirkjunnar í Noregi, NCA, biðlaði í lok ágúst 2024 til systurstofnana í Alþjóðlegu Hjálparstarfi kirkna, ACT Alliance um fjárframlag til þess að geta sett aukinn kraft í mannúðaraðstoð í Súdan en helmingur þjóðarinnar, þá um 25 milljónir íbúa, bjó við skelfilegar aðstæður.

Frá 1. september 2024 til 31. ágúst 2025 áætla NCA að vinna með Caritas Internationalis og innlendum hjálparsamtökum í Súdan að því að veita mannúðaraðstoð til tæplega 100.000 einstaklinga, jafnt fólks á flótta undan stríðandi fylkingum sem íbúa í samfélögum sem taka á móti flóttafólkinu. Fólkíð mun fá reiðufé fyrir nauðpurftum og því útvegað vatn og hreinlætisaðstaða. Þá verður sérstaklega hugað að því að konur og stúlkur verði ekki fyrir kynbundnu ofbeldi og sálrænn stuðningur veittur börnum og fullorðnum.

NCA bað systurstofnanir í ACT Alliance um 2,2 milljónir evra til að veita aðstoðina. Hjálparstarf kirkjunnar á Íslandi lagði til 104.000 evrur (16 milljónir íslenskra króna) til mannúðaraðstoðarinnar eða um 5% af umbeðinni fjárhæð. Fimmtán milljónir komu frá utanríkisráðuneytinu vegna verkefnisins en Hjálparstarfið lagði til um eina milljón króna af söfnunarfé.



# Verkefni lokið

Alþjóðlegt hjálparstarf kirkna, ACT Alliance, samhæfir aðgerðir kirkjutengdra hjálparstofnana og í lok júní 2023 sendu samtökin út neyðarbeiðni til aðildarsamtaka um fjármagn til hjálparstarfs í Súdan og í nágrannaríkjum, þar með talið í Eþíópíu.

Í júlí 2023 svaraði Hjálparstarf kirkjunnar kalli og sendi fjármagn til verkefna Hjálparstarfs Lútherska heimssambandsins (LWF DWS) í Eþíópíu í þágu flóttafólks frá Súdan og þá aðallega fólks sem dvaldi í Kumer flóttamannabúðunum í Eþíópíu. Búðirnar, sem eru samastaður um tíu þúsund flóttamanna frá Súdan, voru settar upp um miðjan júní 2023 en þar er skortur á öllu sem nafni tjáir að nefna, að því er Flóttamannastofnun Sameinuðu þjóðanna (UNHCR) hefur greint frá.

Hjálparstarf Lútherska heimssambandsins, sem er samstarfsaðili Hjálparstarfsins í Eþíópíu, hefur einbeitt sér að því að koma á fót hreinlætisaðstöðu fyrir þær þúsundir sem hafast við í búðunum. Vart þarf að ítreka mikilvægi þessa en ýmsir sjúkdómar geta náð bólfestu þar sem hreinlæti er ábótavant.

Fjárframlagið frá Íslandi nýttist fyrst og fremst til þess að bæta aðgengi þúsunda flóttafólks að hreinlætisaðstöðu í yfirfullum flóttamannabúðunum í Kumer.



**HLÝJA**  
TANNLÆKNASTOFA  
Álfheimar 74 - 561-3130

**Mikið úrval af fylgi- og aukahlutum fyrir pottinn og pottaferðina**

**Algjör slökun!**  
Fljótandi „hengirúm“ í pottinn og laugina  
eða með töskum til fens

**Fljótandi „hengirúm“ - Margir litir**  
Verð frá 3.400 kr.

**Háfur**  
m/lengjanlegu skafti  
5.950 kr.

**Bursti**  
130 og 150 cm skaft  
7.900 kr.

**Flotbakki með hölfum**  
4.900 kr.

**UNO vatnsheld spil**  
3.490 kr.

**Vönduð plastlós**  
Ýmsar stærðir og nökkur litir  
Verð frá 985 kr.

**Vatnsheld spil - margar gerðir**  
Verð frá 1.950 kr.

**NORMX**  
Auðbrekku 6 · Kópavogi · Sími · 565 8899 · normx.is



# Tryggjum ánægðari viðskiptavinum

Sjóvá hefur verið efst tryggingafélaga  
í Íslensku ánægjuvuginni sjö ár í röð.

**SJÓVÁ**





” Eftir að starfsnáminu var lokið hafði ég meiri skilning á ólíku lífi fólks, aðstæðum þess og erfiðleikum.

## Óánægja breyttist í tilhlökkun fyrir næsta degi

Nikulás og Helena, félagsráðgjafi Hjálparstarfsins, að störfum.

**Kvíði og óánægja braust fram þegar ég fékk tölvupóst um úthlutun á starfsnámi hjá Hjálparstarfi kirkjunnar. Þó mætti ég fyrsta daginn með jákvætt hugarfar. Hugarfar mitt breyttist eftir viðveru þar. Starfsemin er áhugaverð, starfsfólkið frábært og liðsandinn magnaður.**

Ég var nemi hjá henni Helenu, félagsráðgjafa. Vegna forfalla hennar fyrstu tvær vikurnar, fylgdi ég félagsráðgjöfunum Vilborgu og Lovísu. Mér fannst fróðlegt að sjá ólík vinnubrögð þeirra og fá innsýn í málaflokka sem viðkoma Hjálparstarfinu.

Á mánudögum var ég í Skjólinu. Þar fékk ég kennslu frá starfskonum Skjólsins, Rósu og Unu. Þá fékk ég innsýn í líf heimilisláusra kvenna hérlendis og lærði hvað Skjólið er þeim dýrmætt. Yfir minn tíma í Skjólinu fékk ég tækifæri til að tala við konurnar og hlusta á þeirra sögur. Við höfum öll okkar djöful að draga, sem á verulega við í Skjólinu. Einnig kynntist ég VoR-teyminu og af og til voru samnemendur mínir í fylgd þeirra. Þá gafst mér tækifæri til að kynna fyrir þeim Skjólið og efla minn skilning á starfseminni.

Þriðjudagar voru dýrmætir og í takt við námið. Sjálfsskoðun fylgir náminu, sem efdist á þeim dögum. Þá var ég virkur þátttakandi í námskeiði með valdeflandi hugmyndafræði. Það ber heitið Statu með sjálfri þér (SMS). Konur á örorkubótum sækja námskeið að boði félagsráðgjafa, sem einnig mæta í viðtal til þeirra. Þá fékk ég að taka þátt í hópstarfi og sjá notkun viðtalstækni hjá félagsráðgjöfum.

Á miðvikudögum sat ég og tók viðtöl við fólk sem óskaði eftir aðstoð í formi inneignarkorts eða lyfjaaðstoðar. Þá fékk ég að heyra af reynslu flóttamanna, hælisleitenda og

innflytjenda og fékk meðal annars innsýn í daglegt líf þeirra og hagi. Á fimmtudögum var ég í viðveru kvenna sem höfðu flúið eigið land. Þær hittust þrisvar í viku til að sauma, hekla, þrjóna, mynda félagsleg tengsl og fá íslenskukennslu. Þær töluðu ekki allar ensku og því gat ég ekki talað við þær allar. Þessi viðvera var lærdómsrík, áhugaverð og veitti tækifæri til að auka eigin skilning á ólíkri menningu.

Sem karlkyns félagsráðgjafarnemi upplifði ég kvíða fyrir þátttöku í þeim úrræðum sem ég kynntist. Þessi úrræði eiga það sameiginlegt að hafa einungis konur sem þátttakendur, konur sem sumar hafa sögu af ofbeldi af hendi karlmannna. Hins vegar fékk ég meira og minna hlýjar viðtökur frá konunum og upplifði mig velkominn.

Hjálparstarf kirkjunnar er mjög ólíkt því sem ég átti von á. Ég hafði ekki kynnt mér starfsemina, en hún reyndist dýrmæt fyrir minn þroska sem verðandi félagsráðgjafi. Ég fékk að sjá það sem ég hafði lært í náminu og veitti mér skilning á krefjandi aðstæðum ólíkra hópa. Ég lærði hvað kerfið okkar er ótrúlega ófullkomið og oft ófært um að grípa fólk til veita nauðsynlega aðstoð. Eftir að starfsnáminu var lokið hafði ég meiri skilning á ólíku lífi fólks, aðstæðum þess og erfiðleikum. Ég er þakklátur Hjálparstarfinu og hvet alla til að kynna sér starfsemi þeirra.

**Nikulás Guðnason, félagsráðgjafarnemi, MA.**



# Pökkum stuðninginn!

A. Wendel ehf  
AGS ehf.  
AH Pípulagnir ehf  
Akureyrarapótek ehf  
Akurgerði stables ehf.  
Alark arkitektar ehf  
Alcoa Fjarðaál Sf  
Alhliða Pípulagnir Sf.  
Almenna Lögþjónustan Ehf.  
Alvarr ehf  
Analytica ehf  
Antiksalan ehf  
Apótek Vesturlands Ehf  
Arev Verðbréfafyrirtæki Hf.  
Arkitektastofan Og Ehf  
Atlantic Tank Storage hf.  
Atlantsflug ehf  
Álgluggar Jg Ehf  
Ásahreppur  
Ásborg ehf  
Ást og bygg ehf.  
Barkasuða Guðmundar Ehf  
Basti ehf.  
Betra líf - Borgarhóll ehf  
Betri Bílar Ehf.  
Bifreiðaverkstæði Grafarv ehf  
Bifreiðaverkstæðið Klettur ehf  
Bílahleðslan ehf.  
Bílanaut ehf  
Bílasala Reykjaness ehf.  
Bílasalan Höfðahöllin  
Bílaskjól  
Bílasmiðurinn hf  
Bílaverk ehf  
Bílrúðumeistarin slf.  
Bjarnar Ehf  
Bjölfell ehf  
BK ehf  
BLACK pepper ehf.  
Blikkrás ehf  
Blikksmiðjan Vík ehf  
Blómasetrið Ehf.  
Bókasafn Vestmannaeyja  
Bókhaldsstofan Stemma ehf  
Bókhaldsþjónusta Arnar Ing Ehf.  
Bókhaldsþjónusta Kom Ehf.  
Bólstrarinn ehf.  
Brauðhúsið ehf  
Breiðagerðisskóli  
Breiðan ehf  
Brunahönnun slf  
Bútur ehf  
Byggingarfélag Gylda Og Gunnars hf  
Colas Ísland hf.  
Cozy Campers ehf.  
CrankWheel ehf.  
Dalsbú ehf  
Dansrækt Js  
Dmm Lausnir Ehf  
Dressmann á Íslandi ehf.  
DS lausnir ehf.  
Dynkur ehf  
Dýralæknirinn Á Breiðdalsvík  
Eðalflutningar ehf  
Egill Árnason Ehf  
Eignamiðlunin ehf  
Eignarhaldsfél Brunabótafél Ísl  
Eignarþrif ehf.  
Einhamar Seafood ehf.  
Eining-löja  
Eldhestar ehf  
Eldhús sælkerans  
Engilbert Óh Snorrason  
Tannlæknastofa Sf  
Enor ehf  
ESG-veitingar ehf.  
Essence of Iceland ehf.  
Eyrir Invest Hf.  
Fagval Ehf  
Fasteignamiðstöðin Ehf  
Ferðaþjónustan Húsafelli ehf.  
Ferill ehf., verkfræðistofa  
Ferli ehf  
Félag iðn og tæknigreina FIT  
Félag íslenskra hjúkrunarfræðin  
Félag Opinberra Starfsm Austurl  
Finnur ehf.  
Fiskkaup hf.  
Fiskmarkaður Vestmannaeyja hf.  
Fisk-Seafood Ehf.  
Fiskvinnslan Íslandssaga hf.  
Fjarðargrjót ehf  
Fjarðaveitingar ehf  
Fjölbautaskólinn við Ármúla  
Fjölskylduheimilið Ásvallagötu  
Fjölver ehf.  
G.Á.verktakar sf.  
Gasfélagið ehf  
Gb Tjónaviðgerðir ehf.  
Geislatækni Ehf, Laserþjónustan  
Gistihúsið Egilsstöðum  
GJ Málun ehf. - Garðar málrameistari  
Gjögur Hf.  
Glasúr Ehf.  
GLI ehf.  
Gluggatækni ehf.  
Glæðir blómaáburður  
Goddí ehf  
GP - arkitektar ehf  
Granítsteinar Ehf  
Gróðrarstöðin Ártangi ehf  
Gróðrastöðin Kjarr  
GT-bílar ehf  
GTIce ehf  
Guðmundur Arason Ehf.  
Gullfosskaffi ehf  
Gullsmiðurinn í Mjódd  
Gunnar Benedikt ehf  
Gunnarsstofnun  
Gæfumunir ehf  
H.H. Smíði ehf  
Hafnarfjarðarhöfn  
Hafnarfjarðarkaupstaður  
Hafnarsókn  
Hafsteinn Þorvaldsson fasteignasali  
Hagi ehf  
Hagráð ehf  
Hagsuða ehf  
Hagvagnar ehf.  
Hallgrímssókn  
Hamraborg ehf.  
Hápipan ehf.  
Hátak ehf.  
HD verk ehf.  
HEF veitur ehf.  
Henson Sports Europe á Ísl ehf  
Herramenn ehf.  
Hestar og ferðir, Hvammur 2 ehf.  
Hestvit Ehf  
Héraðsbókasafn Rangæinga  
Héraðsprent  
Hið Íslenska Bókmenntafélag  
Hilmar Bjarnason ehf  
Himnaríki ehf  
Hitastýring hf  
Hljája ehf.  
Horn í horn ehf  
Hópbílar Hf.  
Hótel Ísafjörður Hf.  
Hraðfrystihúsið - Gunnvör hf.  
Hrafnhildur Sigurðardóttir ehf  
Hringrás ehf  
Hvalfjarðarsveit  
Höfðakaffi Ehf  
Icewear / Drífa ehf  
Innlifun ehf.  
Innrömmun Sigurjóns ehf.  
Inter ehf.  
Ison ehf  
Ísblik ehf.  
Ísfélag Vestmannaeyja Ehf  
Íslensk Erfðagreining ehf.  
Íslenskar getraunir  
Íslenskt sjávarfang ehf  
Íslenskur Textíliðnaður Hf. (Ístex)  
Ístek ehf  
ÍV sjóðir hf  
Jarðefnaíðnaður Ehf  
Jáverk Ehf  
JB pípulagnir ehf.  
Jeppaþjónustan Breytir ehf.  
JHM Sport ehf.  
K.H.G. Þjónustan ehf  
K.P. Verktakar ehf  
Kalka Sorpeyðingarstöð Sf.  
Karl & Carl ehf (Dill Restaurant)  
Kast Ehf  
Kauphöll Íslands hf  
Kemi Ehf  
KFC  
Kidka ehf  
Kjósarhreppur  
Kjöreign Ehf  
Klettur-Skipaafgreiðsla ehf.  
KO verk ehf  
Kofar og hús ehf  
Kollgáta ehf  
Kópavogsbær  
Krads ehf  
Krókur Ehf  
Krua Siam  
Kurt og Pí ehf  
Kælitækni ehf.



Kökugerð H.P. Ehf.  
 Lagnavit ehf.  
 Lakkskemman ehf  
 Lamb Inn veitingastaðir  
 Landssamband Lögreglumanna  
 Landssamtök Lífeyrissjóða  
 Landsvirkjun  
 Laxnes ehf  
 Leanbody ehf.  
 Leikur að læra Draumagolf ehf.  
 Lex ehf.  
 Lindaberg ehf.  
 Lindin, Kristilegt Útvarp  
 Límtré Vírnet ehf.  
 Línudans ehf.  
 Ljósco ehf  
 Loðnuvinnslan Hf. Fáskrúðsfirði  
 Loft Og Raftæki ehf  
 Loftorka Reykjavík ehf.  
 Logh ehf.  
 Lyfjaval ehf  
 Lyfjaver ehf.  
 Lögfræðipjónusta  
 Sigurðar Sigurjónssonar Hrl.ehf  
 Lögmannafélag Íslands  
 Magnús Jónsson Ehf  
 Magnús og Steingrímur ehf  
 Malbikunarstöðin Höfði Hf.  
 Marel Iceland ehf.  
 Marella Ehf.  
 MariConnect ehf  
 Marorka ehf.  
 Mosfellsbakarí ehf.  
 Múrarameistarafélag Reykjavíkur  
 Natura sf.  
 Neshamar ehf  
 Netorka hf  
 Nexus afþreying ehf  
 Nínukot ehf  
 Nobex ehf  
 Nonni Litli Ehf  
 Norbygg Ehf.  
 Norðurlagnir sf  
 Norðurpóll ehf  
 Norm X ehf.  
 Nýbyggð ehf  
 Nýi Tónlistarskólinn  
 Nýja Bílasmíðjan hf.  
 Nýja Tannlæknastofan Vestmannaeyjum  
 Onno ehf  
 Opus Invest ehf  
 Orka ehf  
 Orkan ehf  
 Orkubú Vestfjarða Ohf.  
 Orkuvirki ehf.  
 Ottó B. Arnar ehf.  
 Ólafur Þorsteinsson ehf  
 Ósal ehf  
 Parket útlit ehf.  
 Pálmar ehf  
 PFAFF hf.  
 Plastiðjan ehf  
 Póley ehf.  
 Prentverk Selfoss ehf.  
 Primex ehf.  
 PROevents ehf  
 Þúst hjá Einari ehf.  
 Rafboði ehf  
 Raflausnir rafverktakar ehf  
 Rafmiðlun hf  
 Rafmiðlun hf.  
 Rafsel Búðardal ehf  
 Rafstjórn Ehf  
 Rakarastofa Björns/Kjartan ehf.  
 Ráðhús ehf  
 Regla ehf  
 Reykhólahreppur  
 Reykjavík Cleaning Service ehf.  
 Reyktal Þjónusta ehf.  
 Réttingaverkstæði Jóa ehf.  
 Rikki Chan ehf  
 Rima Apótek ehf  
 Rósaberg ehf  
 Ræstitækni ehf  
 S.I.H. pípulagnir ehf.  
 Samtök sveitarfélaga á Vesturla  
 Samvinnufélag Útgerðarmanna í  
 Neskaupstað  
 Sauðárkróksbakarí ehf  
 Sáning ehf.  
 Scandinavia Travel North ehf.  
 Segull ehf.  
 Seljavellir1 ehf  
 Set ehf.  
 Siglufjarðar Apótek ehf.  
 Sigurgeir G. Jóhannsson ehf  
 Sjóvá-Almennar tryggingar hf.  
 Skaftárhreppur  
 Skipulag og stjórnun ehf  
 Skolphreinsun Ásgeirs sf  
 Skorri ehf.  
 Skólar Ehf  
 Skuggi hár ehf.  
 Smárinn,bókhald og ráðgjöf ehf  
 Smith & Norland hf.  
 Snarmerki ehf.  
 Snæfellsbær  
 Sólheimar Ses.  
 Sparisjóður Suður-Þingeyinga ses.  
 Spektra ehf.  
 SR-Vélaverkstæði hf.  
 Ssf  
 ST 2 ehf  
 Stansverk ehf  
 Stálkrókur ehf.  
 Stefna Ehf.  
 Steinprent Ehf.  
 Steinull Hf.  
 Stekkjarvík ehf.  
 Steypstöð Akureyrar ehf  
 Stjórnendafélag Vestfjarðar  
 Stóru-Laugar ehf  
 Sumargarðar ehf  
 Sundleið ehf  
 Sundstundir ehf  
 Sveitarfélagið Múlaþing  
 Sveitarfélagið Ölfus  
 Sölumiðstöð Húss Handanna Ehf.  
 Sörlatunga ehf  
 Tandraberg ehf  
 Tannlæknastofa Árna Páls Halldórssonar  
 Kaupangi  
 Tannval ehf.  
 Teiknistofa Páls Zóphóniassonar Ehf  
 Tekk húsgagnaverslun ehf.  
 Teledyne Gavia ehf.  
 Terra Export Ehf  
 TGT Hús ehf.  
 THG Arkitektar ehf.  
 Topptjöld og vagnar ehf.  
 Tónastöðin ehf  
 Trackwell hf.  
 Transporter ehf.  
 Trésmiðjan Akur ehf.  
 Trésmiðjan Rein Ehf.  
 Trévídd Byggingarfélag  
 Tríg ehf.  
 Trobeco ehf.  
 Tryggðarbönd Ehf  
 Tösku- Og Hanskabúðin ehf  
 Ullarverslunin Þingborg ehf.  
 Útfararþjónustan Fylgd ehf  
 Útgerðarfélagið Guðmundur ehf  
 Útgerðarfélagið Gummi ehf  
 Útlitshönnun Ehf  
 Útnes ehf  
 Útskálasókn  
 Vdo Ehf  
 Vekurð ehf.  
 Verkalýðsfélag Vestfirðinga  
 Verkfræðistofan Vik Ehf.  
 Verkstæðið ehf  
 Verksýn ehf  
 Verktækni Ehf  
 Verkval ehf  
 Vernd,Fangahjálp  
 Vestkraft Ehf.  
 Vestri ehf.  
 Véla- og bílaþjónusta Kristjáns ehf  
 Vélfaag ehf.  
 Vélsmiðja Sandgerðis ehf  
 Vélsmiðjan Sveinn ehf  
 Vélvirkinn sf.  
 Vgh-Mosfellsbæ ehf.  
 Vignir G. Jónsson Ehf.  
 Vínbúðin ÁTVR  
 Vísir Félag Skipstjórnarmanna  
 Vísir Hf.  
 Vk Verkfræðistofa ehf.  
 Vogar, Ferðaþjónusta  
 VPS Verkfræðipjónustan sf.  
 Vsb-Verkfræðistofa Ehf.  
 VSÓ Ráðgjöf ehf  
 Vörn ehf.  
 Vörukaup ehf, heildverslun  
 Vörumiðlun ehf.  
 Zenus Ehf  
 Þingeyrarsókn  
 Þjónustustofan Ehf  
 Þjónustustofan Grundarfirði ehf  
 Þrastarhóll ehf  
 Þráinn Ingólfsson  
 Þörungaverksmiðjan Hf  
 Æco Bílar Ehf  
 Ævintýradalurinn Ehf



# Gjöf sem gefur

## Gjöf sem gefur



### Framtíðarsjóður

Sem þiggjandi þessa gjafabréfs tryggir þú ungmenni á Íslandi til náms.

Gjafabréf þetta er gjöf sem gefur. Kaupandi þess ákvað að gefa þér þá gjöf að styrkja verkefni Hjálparstarfs kirkjunnar á Íslandi. Ungmennil sem búa við efnislegan skort fá stuðning svo þau geti stundað nám á framhaldsskólastigi.

Stuðningurinn gerir þeim kleift að ljúka námi til stúdentsprófs, sveinsprófs eða annars sem veitir þeim starfsréttindi eða opnar þeim leið til háskólanáms. Ungu fólkid fær aðstoð við að kaupa námsgögnum, greiða skólagjöld eða annað sem gæti orðið efnaminni nemendum hindrun í að ljúka námi.



## Gjöf sem gefur



### Vatn

Sem þiggjandi þessa gjafabréfs tryggir þú fjölskyldu sem býr við sára fátækt ekki bara vatn heldur líka tækifæri til betra lífs.

Gjafabréf þetta er gjöf sem gefur. Kaupandi þess ákvað að gefa þér þá gjöf að styrkja verkefni Hjálparstarfs kirkjunnar í Eþíópíu. Vatnsskortur, landrof og eyðimerkurmyndun einkenna landsvæðið sem fjölskyldan býr á í Sómallíykí.

Með brunni eða vatnsþró fyrir regnvatn er aðgengi að heilnæmu vatni aukid svo um munar og þá verður heilsan betri. Þegar fjölskyldan getur brynt djurum og veitt vatni á rektarland eykur hún fæðuþryggi sitt og smám saman verður lífsafkoman betri.

## Gjöf sem gefur



### Húsaskjól

Sem þiggjandi þessa gjafabréfs tryggir þú barni þak yfir höfuðið og tækifæri til betra lífs.

Gjafabréf þetta er gjöf sem gefur. Kaupandi þess ákvað að gefa þér þá gjöf að styrkja verkefni Hjálparstarfs kirkjunnar í Úganda. Í sveitinni njóta börn sem hafa misst foreldra úr alnæmi stuðnings svo þau fái lífað mannsæmandi lífi.

Nýtt múrsteinshús gefur ekki bara skjól, það gefur stolt, bjartsýni og von um að nú verði allt auðveldara og betra. Húsið er murtúðað og skordyr verpa ekki í holum í veggjum eins og í mótarköflunum. Af bárljónspákinu má safna vatni sem dugar langt inn í þurkátímann í stað þess að það streymi inn í gísnu kofann. Smám saman verður lífsafkoman betri.



## Gjöf sem gefur



### Geit

Sem þiggjandi þessa gjafabréfs tryggir þú barni næringarríka fæðu og tækifæri til betra lífs.

Gjafabréf þetta er gjöf sem gefur. Kaupandi þess ákvað að gefa þér þá gjöf að styrkja verkefni Hjálparstarfs kirkjunnar í Úganda. Í sveitinni njóta börn sem hafa misst foreldra úr alnæmi stuðnings svo þau fái lífað mannsæmandi lífi.

Fjölskylda sem á geitastofn nýtur virðingar í samfélaginu. Suma kúlinga má selja á markaði, aðra má nota til að stækka bústofninn enn frekar og svo er hægt að borða kjótið og nýta skinnid. Smám saman verður lífsafkoman betri.

