

# Caritas Info



#1 VÅREN 2025

## FASTE- AKSJONEN 2025

Bli kjent med  
Caritas' styreleder  
Peter Kuran

Når stadig flere med  
integreringsarbeidet

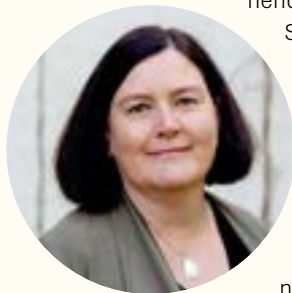
Erfarte jordskjelv på nært hold  
- hjelper andre nå



# Se og hjelpe våre medmennesker

«Altfor ofte deltar vi i globaliseringen av likegyldighet.» Det er vanskelig å tenke seg en bedre beskrivelse av den bølgen av selvishet som nå flommer over verden, enn dette sitatet fra pave Frans.

Ingenting oppsummerer den nye egoismens ånd bedre enn parolen «America first». Vi måtte ikke vente lenge for å finne ut hva det innebar i praksis. Alt på sin første dag undertegnet den nye amerikanske presidenten en serie presidentordrer som demonstrerte det. En av disse sørget for at all offentlige bistand fra USA ble frosset med øyeblikkelig virkning.



Det har hatt umiddelbare konsekvenser for millioner av sårbare mennesker over hele verden. Barn får dødelige sykdommer de kunne blitt spart for. Matrasjoner kuttes i flyktningsleirer. Miner som kunne vært ryddet fortsetter i stedet å kreve liv, og ikke minst lemmer.

Denne utilslørte egoismen er ikke begrenset til bistanden. Ukraina, som har vært i krig i elleve år, får ikke lenger hjelp av USA til å stå imot aggresjonen fra sin diktatoriske nabo. Det skremmer naturlig nok også europeiske land, som kutter sin bistand for å prioritere sine sikkerhetsbehov. De neste årene tegner til å bli svært vanskelige for verdens mest sårbare.

Heldigvis er verden mer enn bare stater. En fjerdedel av alt humanitært arbeid finansieres av private givere. Det har

alltid vært viktig, nå er det helt avgjørende. Vi må håpe og tro at stats-egoismen ikke smitter over på folk flest. Forhåpentligvis vil det motsatte skje, at vi ser en økende solidaritet blant mennesker på tvers av landegrensene.

Det er mange som sliter også her hjemme, det må vi ikke glemme. Som en av våre rådgivere på ressursenteret sa: «Velferdsstaten fremstår som skinnende flott og nesten perfekt.

Ser man velferdsstaten på nært hold, får man øye på sprekke og hullene. Blir man kjent med menneskene som sitter fast i disse sprekke, er det ikke mulig å snu seg bort igjen. Man må gjøre noe».

Årets fasteaksjon har medmenneskelighet som sitt tema. Hvordan kan vi bevare evnen til å se og hjelpe våre medmennesker, selv når vi frykter for vår egen økonomi og sikkerhet?

Vi kan ikke ta for gitt at vi forblir upåvirket av den nye trenden med likegyldighet i møte med andre menneskers lidelse. Kanskje trenger vi noen verktøy for å hjelpe oss med det. Kan det være en idé å se til den gamle praksisen med faste som en form for trening av solidaritetsmuskelen?

Jeg ønsker dere en fortsatt velsignet fastetid og en god påske når den tid kommer.

## Caritas Info

### UTGIVER

Caritas Norge

### ANSVARLIG REDAKTØR

Alexander Golding

### REDAKSJONEN

Birgit Vartdal (redaktør), Anette Skomsøy, Hans Olav Arnesen, Helena Tisthammer og Frode Nordahl

### FORSIDEFOTO

Stein-Ivar Mollestad/Caritas Norge

### OPPLAG

5 400

### DESIGN

Ravnbo design [ravnbo.com]

### TRYKK

Mediehuset Andvord AS

Caritas Norge er godkjent av Innsamlingskontrollen, som kontrollerer at Caritas følger alle regler for god innsamlings-skikk for ideelle organisasjoner.

Caritas Info trykkes på et svanemerket trykkeri som følger strenge miljøkrav til papir, kjemikalier, avfall og øvrig trykkeprosess.



Redaksjonen avsluttet 10. mars 2025

### Kommentarer eller innspill til redaksjonen?

Send e-post til [caritas@caritas.no](mailto:caritas@caritas.no)



### BESØKSADRESSE

Caritas Norge  
Hammersborg Torg 3, 0179 Oslo

### POSTADRESSE

Caritas Norge  
Postboks 9277 Grønland, 0134 Oslo

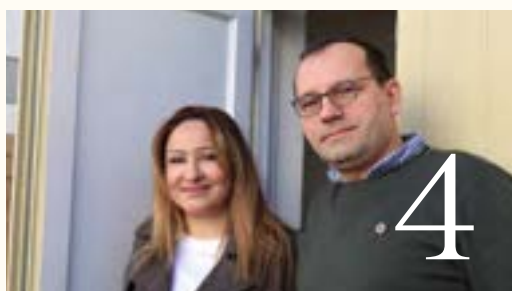
### KONTAKTINFORMASJON

[caritas@caritas.no](mailto:caritas@caritas.no)  
[www.caritas.no](http://www.caritas.no)  
Tlf. 23 33 43 60

Gavekonto: 8200 01 93433

Vipps: 12135

# #1-2025



Når stadig flere  
med integreringsarbeidet



Intervju:  
Med hjertet på rett sted



Fasteaksjonen 2025:  
Møt Noella og Tetiana



Nyheter fra Caritas



Humanitært arbeid:  
Erfarte jordskjelv på nært  
hold - hjelper andre nå



Frivillig arbeid:  
- Det er meningsfylt å hjelpe  
andre finne relevant jobb



# Vårt integreringsarbeid når stadig flere

Caritas opplever rekordstor pågang fra innvandrere over hele landet. I fjor talte vi nærmere 63 600 besøk og henvendelser til våre ressursentre. Uten ildsjeler og engasjerte frivillige som gir av sin fritid til sine medmennesker, hadde vi aldri klart å hjelpe så mange.

TEKST: BIRGIT VARTDAL

— **D**et er veldig fint å se det arbeidet som blir gjort her. Jeg tror det er et stort behov for denne virksomheten, et sted som både er formelt og uformelt på samme tid. Hvor folk blir tatt imot av frivillige med høy kompetanse og som møter folk på en likeverdig måte, smiler, er vennlige og viser omsorg og nestekjærlighet.

Det sa Bernt Gulbrandsen, tidligere generalsekretær i Caritas Norge, da han nylig besøkte Caritas Ressursenter i Oslo. Det var Gulbrandsen som i sin tid lanserte idéen om å starte opp informasjonssentre for innvandrere. Dette ble prøvd ut først i et forprosjekt i St. Olavs menighet. Deretter ble det etablert et informasjonssenter i Storgata i 2011, som senere ble omdøpt til Ressursenter.

## EU-utvidelsen

EU-utvidelsen østover i 2024 åpnet det norske arbeidsmarkedet for arbeidsinn-

vandrere fra en rekke nye land i Europa. I årene som fulgte, opplevde Norge rekordhøy arbeidsinnvandring. Men ikke alle som kom fant lykken her. Uten norskkunnskaper og med begrenset informasjon om sine rettigheter, banket noen av dem i sin desperasjon på døra til kontorene hos Caritas i Oslo, som på denne tiden hadde noen få ansatte og enkelte bistandsprosjekter i utlandet. Dette skjedde så mange ganger at Caritas så behovet for å starte et eget hjelpetilbud for denne gruppa.

I dag har tilbudet vokst seg til et nasjonalt nettverk av ressursentre og lokale Caritas-organisasjoner, i Oslo, Arendal,

Bergen, Stavanger, Sandefjord, Tromsø, Trondheim, Drammen og Hønefoss. Caritas er blitt en av Norges fremste aktører innen integrering og en selvsagt samarbeidspartner både for nasjonale og lokale myndigheter. Vårt arbeid omfatter ikke bare arbeidsinnvandrere, men også flyktninger og innvandrere som har kommet på familiegjenforening. I fjor talte vi nærmere 63 600 besøk og henvendelser til lokale Caritas, hvorav rundt 24 000 bare til ressursenteret i Oslo.

Arbeid er nøkkelen for å bli integrert og inkludert i samfunnet. Men det forutsetter at andre faktorer også er på



Ekteparet Ismahen og Krzysztof Szczepaniak er ildsjelene bak Caritas ressursenter i Sandefjord som låner lokaler hos den katolske kirken i byen. (Foto: B. Vartdal/CN)



Caritas Norge har utviklet en kvalifiseringsordning for lokale Caritas-organisasjoner som vil etablere ressursentre. Kari Hurum (bildet) er enhetsleder for Caritas Ressurscenter i Oslo.



Bernt Gulbrandsen (t.v.), tidligere generalsekretær i Caritas Norge, var den som hadde idéen til det som i dag er blitt et nasjonalt hjelpe tilbud for innvandrere. Her er han sammen med Kari Hurum, enhetsleder for Caritas Ressurscenter i Oslo og Ingrid R. Joys, generalsekretær i Caritas Norge.

plass. Caritas tilbyr derfor en helhetlig pakke for integrering med en rekke ulike tiltak, som veiledning, norskopplæring, rettshjelp, arbeidsrettede kurs, likestillingstiltak og helseprosjekter.

### Flere i sårbare situasjoner

– Behovet for våre tjenester er økende over hele landet. Det er fremdeles vanskelig for innvandrere å få stabile jobber i Norge. Dermed havner flere i sårbare situasjoner og tar kontakt med oss. Dessuten er de mange hundre frivillige hos oss gode ambassadører for vårt arbeid. Det sier Waldemar Artur Szyngwelski.

Han er enhetsleder for nasjonalt arbeid i Caritas Norge. For å kvalitetssikre tilbudet, har enheten utviklet en kvalifiseringsordning for lokale Caritas-organisasjoner som vil drive ressursentre.

– Sju norske Caritas-organisasjoner har allerede oppfylt alle de strenge kravene vi stiller til vår virksomhet. Det er en viktig milepæl for vårt arbeid i Norge. Og i løpet av 2025, håper vi å øke antall Caritas ressursentre til ni, forteller han.

### Stor aktivitet i Sandefjord

De fleste lokale ressursentrene har startet ved at ildsjeler har sett et behov i sine lokalsamfunn. I samarbeid med sin menighet, har de startet i det små, for så å profesjonalisere tilbudet. Slik var det også i Sandefjord. Ektepåret Ismahen og Krzysztof Szczepaniak

” Det er fremdeles vanskelig for innvandrere å få stabile jobber i Norge. Dermed havner flere i sårbare situasjoner og tar kontakt med oss.

begynte med å gi veiledning til andre innvandrere, hjemme hos seg selv eller på hjemmebesøk. Under pandemien kjørte de ut varer til eldre mennesker i byen. Så bestemte de seg for å starte norskkurs.

– Interessen ble så stor, at vi tenkte vi måtte inngå et samarbeid med menigheten. Sogneprest Claes Tande støttet oss og ga oss nesten alt vi bad om. Nå har vi en deltidsansatt, tre kontordager i kirken hver uke og 60 frivillige, forteller Ismahen som er daglig leder av Caritas Sandefjord.

I tillegg til veiledning og norskundervisning, arrangerer Caritas Sandefjord blant annet språkkafé, jobbsøkerkurs, internasjonale kulturkvelder, charity day (velledighetsdag), kvinnegrupper og de har mentorprogrammer.

– Vi sitter ikke bare på kontoret. Vi stiller opp og hjelper folk ved behov som ved flytting, møter med skolen eller kommunen. Vi tar dem med rundt for å levere CV og kan bli med til jobbintervju. Arbeidsgivere ansetter ikke folk rett fra gata. Med vår hjelp, får i gjennomsnitt to personer jobb i måneden, i sommerhalvåret enda flere, forteller Krzysztof.

### Å være frivillig gir nettverk

Caritas Ressurscenter i Sandefjord har nå cirka hundre veiledningssamtaler i måneden.

– Mange har flere saker de trenger hjelp med og er helt uten nettverk, derfor inviterer vi dem til å bli frivillige og hjelper dem med å bygge nettverk gjennom Caritas, sier Ismahen.

Både Krzysztof og Ismahen har fulltidsjobber ved siden av. Ismahen jobber til daglig i NAV og sier de er svært opptatt av å gi profesjonell hjelp.

– Feil svar kan få store konsekvenser for folk, derfor er dette så viktig, legger hun til.

### Meningsfullt å engasjere seg

Aktiviteten har snart vokst seg ut av kirken.

– Vi håper å kunne finne et nytt lokale som er sentralt plassert og på gateplan, men vi har begrenset økonomi.

– *Hva driver dere til å bruke så mye av egen fritid på dette arbeidet?*

– Det er meningsfylt, hektisk og veldig gøy, oppsummerer de smilende. 🌸

# Med hjertet på rett sted

Med en oppvekst i en katolsk familie, har karitativt arbeid alltid engasjert Peter Kuran og gitt ham et hjerte for de aller mest sårbare. Det gjør han godt kvalifisert som styreleder for Caritas Norge.

TEKST: ANETTE SKOMSØY



Foto: Privat

Peter Kuran ble årets vaksinatør i 2021 etter å ha meldt seg til tjeneste under pandemien. Han vaksinerte nesten 7 000 personer.

”

Da jeg reiste inn til Oslo som 17-åring for å demonstrere, ble det litt furore hjemme.

Januardagen vi møtes har Kuran tatt toget til Oslo fra hjembyen Fredrikstad, for å være med generalsekretær Ingrid R. Joys til Norad – som forvalter de norske bistandsmidlene. Formålet er å involvere partnerorganisasjonenes styreledere mer i dialogen og samarbeidet med Norad.

– Siden dette er første gang, blir det nok mest å lytte og se hva vi kan bidra med, sier Kuran. Men en ting er han sikker på:

– I en tid preget av konflikter og store humanitære behov, er arbeidet til Caritas viktigere enn noen gang. Når vi opplever at USAID reduserer sin hjelp og støtte til nødlidende med de store konsekvenser det har, er det enda viktigere at våre folkevalgte kjenner sin besøkestid og øker bistandsbudsjettet! Det virker nesten som vi er på vei inn i en egoismens tidsalder. Gjennom vårt globale nettverk av grasrotorganisasjoner og menigheter, når vi ut til de aller mest sårbare. Vi hjelper hundretusenvis, sier Kuran.

## Røtter i Polen

Etternavnet har han fra sin polske far som kom hit som krigsflyktning, via et tysk slaveskip.

– Mor møtte han rett etter krigens

slutt i Fredrikstad, og så giftet de seg på katolsk vis i 1950. Året etter ble broren min født, og så kom jeg i 1953.

## Vurderte å bli munk

Foreldrene var aktive i kirken, og Peter var med helt fra han kunne gå. Han engasjerte seg i ungdomsarbeid og hadde allerede da et hjerte for samfunnets aller svakest stilte. Mens broren utdannet seg innen elektronikk, endte han opp som anestesisykepleier de første 15 årene av sitt yrkesaktive liv.

– Jeg engasjerte meg i Røde Kors og i ungdomsarbeid mot rus og narkotika. Der la jeg inn ekstra innsats for venner som havnet utpå. Da jeg reiste inn til Oslo som 17 åring for å demonstrere, ble det litt furore hjemme, humrer Kuran som også vurderte å bli munk etter et kort klosteropphold i Tyskland.

Det ble bare med tanken. I stedet giftet han seg med Torhild, som er psykiatrisk sykepleier. Sammen har de tre barn og fem barnebarn. Et annet hjertebarn er Phoenix Haga, et behandlingstilbud for mennesker med rusavhengighet.

– Å være med å etablere dette tilbudet, er vel noe av det mest meningsfylte jeg har vært med på i mitt liv, bortsett fra å få tre flotte unger og fem barnebarn, sier Kuran.





I åtte år var Peter Kuran vararepresentant for Høyre på Stortinget.

## Hva betyr fasten for deg?

– Jeg spiser litt mindre og reflekter litt mer over det ansvaret vi har som mennesker overfor våre medmennesker. Ikke minst reflekterer jeg over hvordan jeg forvalter mitt liv her på jorda. Det kan konkret bety at jeg fjerner noe jeg har lyst på, for eksempel droppe å dele en flaske rødvin i helga, og heller legge penger i en fastebøsse.

– Faste er både bønn og menneskelig kontakt – i kirkelig sammenheng. Det er veldig viktig. Det har vi vært bevisst på i vår familie i alle år – helt i fra ungene var små med sine fastebøsser, hvor de bidro og tenkte på hvorfor de fikk litt mindre godteri i helga. Fasteaksjonen betyr å tenke på andre mennesker. Det er det grunnleggende.

### Bratt læringskurve

Derfor var skuffelsen stor da partiet Høyre, som han har representert i både kommune- og fylkesting, samt vært vara for på Stortinget, gikk i bresjen for å liberalisere ruspolitikken. Av verdihensyn, endte det med at han meldte seg ut etter 52 år som folkevalgt for Høyre og inn i Kristelig Folkeparti. Deretter ble han leder for Menighetsrådet i Fredrikstad og ble spurt om å være delegat til rådsmøtet. Det var slik han ble kjent med Caritas Norge. Læringskurven har vært bratt.

– Det var flere menigheter som ville ha meg inn i styret til Caritas. Dels fordi jeg gjennom 35 år har levd med et lovverk om ideelle stiftelser. Selv om organisasjonen er ti ganger større enn Phoenix Haga, er det de samme prinsippene som gjelder, sier Kuran.

### Caritas trengs mer enn noen gang

Da han ble spurt om å stille som styreleder, trengte han ikke lang betenkningstid.

– Arbeidet som kirken gjør, gjennom det internasjonale Caritas-nettverket, er helt ubeskrivelig og veldig, veldig viktig for tusenvis av mennesker. Det er nestekjærlighet satt ut i praksis. Med en mer ustabil og polarisert verden,

trengs Caritas mer enn noen gang. Vi må rette blikket utover, være vaktbikkje, og passe på at rike land innfrir sine forpliktelser overfor de fattige, sier Kuran.

Gjennom Aktive Fredsreiser har han, som 2. generasjonstidvite, i flere år reist et par uker til Auschwitz for å holde tematimer med tiendeklassinger fra hele Norge.

– Jeg forteller min fars historie som slavearbeider og fange. Det handler om å bygge fred, tillit og kontakt mellom mennesker. Hvis du glemmer din historie, risikerer du å måtte leve den igjen. Selv har jeg bikket 70 år og vet at jeg en dag må stå til ansvar for mine valg overfor vår Herre. Men det lever jeg godt med, sier Kuran og smiler varmt. ✿



I flere år har Kuran reist til Auschwitz for å holde tematimer med norske 10. klassinger.

FASTEAKSJONEN 2025:

# Sammen for en bedre verden, ett hjerte av gangen

I en tid preget av uroligheter, økende sosiale ulikheter og utfordringer, er det viktigere enn noen gang å fremme medmenneskelighet og solidaritet. I tillegg er den geopolitiske situasjonen preget av økende spenning og uforutsigbarhet, og da er det viktig å ta vare på hverandre, og spesielt mennesker i sårbare situasjoner.

I fastetiden oppfordrer Caritas troende og andre til å avstå fra et gode og hjelpe dem som trenger det. Når man bidrar og handler basert på medmenneskelighet, blir hverdagen lysere og bedre for enkeltpersoner og familier i Norge og ute i verden.



Noella:

## Frø som gir håp

**– Her er jeg i maisåkeren min, forteller Noella med et smil.**

Noella er en dedikert bonde, mor og ektefelle som sto foran en betydelig utfordring. Hennes maisåker var klar, men frøene manglet. Med et areal på 25 kvadratmeter, var hennes åker ikke bare et stykke jord; den var alt hun hadde for å sikre sin families fremtid.

Regn, sterk sol og angrep fra rovdyr har ødelagt for henne. Men det som skuffer henne mest, er når folk stjeler maisen hennes. Noella er nemlig helt avhengig av en fungerende maisåker, for å kunne gi mat og skoleutstyr til barna sine.

**Heldigvis kom hun i kontakt med Caritas** som delte ut 200 kilo frø til 200 småskalabønder i landsbyen. Hun var en av dem som fikk frø og opplæring i å så i rader. Hun fikk også tips om hvordan hun skal beskytte plantene sine bedre mot rovdyr og sikre god vekst.

Noella har møtt mange motbakker i livet, men hun gir ikke opp. Hennes historie er



et eksempel på noen av utfordringene mange småskalabønder står overfor i dag.

Noellas kamp er en del av en større fortelling om motstandskraft og håp. Når hun står i maisåkeren sin, holder hun ikke bare fast ved jordens gaver; hun holder fast ved velsignelsen av å kunne gi barna sine en fremtid med utdanning og muligheter.

**Støtten fra Caritas og gode mennesker** er svært viktig. Det å hjelpe mennesker som Noella er en investering i samfunnet og i fremtiden. Hvert aks som spirer representerer ikke bare en avling, men en drøm for neste generasjon. 🌻

## Støtt årets aksjon!

**Vipps:**  
93082

Gavekonto:  
8200.01.93433  
merk:  
fasteaksjonen



Scan QR-koden  
og gi din gave!

Fasteaksjonen er en årlig innsamlingsaksjon til Caritas sitt arbeid. Fasten varer i 40 dager fra askeonsdag til påskeaften. For hver krone som samles inn, kan vi hjelpe mennesker i sårbare situasjoner.



# Tetiana: Om å finne mening i krig og kaos

**– Ved å hjelpe andre, hjelper en også seg selv. Det mener ukrainske Tetiana.**

Hun takler krigstraumer og livet på flukt ved å engasjere seg i frivillig arbeid og kreative aktiviteter.

Ved Caritas ressurscenter i Oslo har Tetiana jobbet i veiledningstjenesten som del av sin praksis under introduksjonskurset som flykninger som kommer til Norge får. Hun vil gjerne fortsette som frivillig i Caritas.

– Det er viktig for meg. I Ukraina hadde jeg god kontakt med Caritas og så hvor mye bistanden fra Caritas betydde for folk. Det er fint å hjelpe forskjellige mennesker. Det har hjulpet meg også. Det er hjelp til selvhjelp, sier hun.

**Tetiana er født og oppvokst i Donbass** i Ukraina, men jobbet i Kiev og bodde syv kilometer fra Bucha og fem kilometer fra Gostomel da Russlands fullskalainvasjon startet 24. februar 2022. Bare noen dager senere ble hjemmet hennes bombet i stykker og hun og sønnen overlevde på mirakuløst vis, men hun mistet faren sin i angrepet. Fremdeles i sjokk, kom hun og sønnen seg i sikkerhet og etter hvert på et evakueringsstog til Lviv, så til en liten by på grensa til Polen.

Siden Tetianas sønn var over 18 år, fikk de ikke krysse grensa, men ble innlosjert på en yrkesskole. Der fikk de tid til å komme seg til hektene etter all dramatikken de hadde vært igjennom. De hadde ingen ting med seg, men menneskene i den lille byen hjalp dem med det de trengte av mat og eiendeler. Som takk begynte Tetiana å hjelpe til i kirken. Senere organiserte hun fritidsaktiviteter i en leir for foreldreløse barn og kunstterapi for barn med ulike traumer og spesielle behov.

Foto: Stein-Ivar Holtestad/Caritas Norge



**Tetiana er utdannet maskiningeniør** og i hjemlandet hadde hun en suksessfull lederkarriere. Å starte på nytt i et nytt land, mens stress, uro, savn og sorg preger tankene, er ikke lett. Som flyktning uten vitnemål og attester som beviser hennes kompetanse, er det vanskelig å finne relevant jobb i Norge, men Tetiana er optimistisk.

– Jeg savner sønnen min og drømmer om at han snart får krysse grensa. Imens velger jeg å se på min tid i Norge som en ny start og en mulighet til å realisere meg som kunstner, sier hun.

Kreative aktiviteter har alltid vært en kjærkommen hobby for henne. Helt siden barndommen, har Tetiana likt å lage vakre ting. Hun maler, lager

makramé, designer og syr klær og driver med «decoupage», som er en spesiell teknikk for å dekorere forskjellige overflater, som f. eks skjærebrett, kommoder, tallerkener og bord. Arbeidene hennes har både vært utstilt og vunnet priser. Tetiana har allerede arrangert kurs i decoupage på biblioteket i Rælingen.

– Å være kreativ hjelper både mot sorg og savn, mener hun. Krigens har lært henne noe viktig:

– Ikke utsett noe til senere. Dagen i dag er alt du har. Sett pris på hvert øyeblikk og de rundt deg! 🌸

# Nytt fra Caritas

Følg oss på våre nettsider og i sosiale medier:



Foto: Catholic Relief Services (CRS)

## Israel stanset nødhjelp til Gaza

Situasjonen i Gaza er svært alvorlig etter at Israel i begynnelsen av mars stanset all nødhjelp inn til området. FN har fordømt handlingen og uttalt at den er i strid med folkeretten.

Beslutningen ble tatt etter at den første fasen av våpenhvileavtalen med Hamas utløp, og partene ikke ble enige om hvordan våpenhvilen skulle fortsette.

Stans av nødhjelp får enorme konsekvenser for befolk-

ningen, som fra før av lever under ekstreme forhold. Uten nye forsyninger med mat, medisiner og andre livsnødvendigheter, er det fare for at enda flere vil dø.

Caritas er fortsatt til stede og deler ut nødhjelp, blant annet i Nord-Gaza. Enn så lenge har de varer på lager, men uten nye forsyninger er det uvisst hvor lenge de kan fortsette.

Vi ber Israel om å slippe hjelpen inn. ✿

## Kritiserer bistandskutt

Trumps bistandskutt truer millioner av mennesker. Nå kutter også Storbritannia, Frankrike, Nederland og Sveits og Tyskland i støtten.

– Konsekvensene kan bli katastrofale, advarer Caritas Internationalis (CI). Med hungersnød som truer deler av Afrika, kriger som raser i Ukraina og Midtøsten og klimakatastrofer som tvinger stadig flere på flukt, er ikke dette tiden for bistandskutt.

– Rike land svikter ikke bare verdens fattigste, men også sitt strategiske og moralske ansvar, uttaler generalsekretær Alistair Dutton i en pressemelding fra CI. ✿



Foto: Eili/Caritas Wien



# Caritas Europa og nordiske Caritas på besøk i Oslo

I slutten av januar var president Michael Landau og generalsekretær Maria Nyman i Caritas Europa på besøk i Oslo. De kom for å delta på det nordiske Caritas-møtet som Caritas Norge var vert for. De rakk også et besøk hos Arbeids- og inkluderingsdepartementet og møtte leder av KrF, Dag Inge Ulstein og biskop i Oslo Bernt Eidsvig. I tillegg fikk de omvisning på Caritas Ressurscenter i Oslo hvor de møtte flere av våre engasjerte frivillige. Her er Maria Nyman og Larissa Franz-Koivisto, GS i Caritas Finland i samtale med Weronika (t.v.) som er frivillig i veiledningen. ❀

Foto: B. Vardal/Caritas Norge



Foto: Michael Franco/Cordaid

## Norge øker støtten til Ukraina

Caritas er svært glad for at Norge øker støtten til Ukraina. Det er store behov. Caritas er den største sivilsamfunnsorganisasjonen i Ukraina og arbeider over hele landet. Vi støtter særlig frontnære områder der det bor sårbare mennesker som utsettes for krigens grusomheter.

– Vi er klare til å oppskalere arbeidet hvis det bevilges mer penger til nødhjelp. Vi har tusenvis av ansatte og frivillige som står på hver eneste dag. Vi er klar til å ta lederskap i det humanitære arbeidet som må økes, sier generalsekretær Ingrid R. Joys.

Stortinget øker støtten til Ukraina til 85 milliarder kroner i år. Det vil si en økning på 50 milliarder sammenlignet med det som allerede var bevilget. Denne siste bevilgningen skal ifølge statsminister Jonas Gahr Støre gå til Ukrainas forsvarskamp. Caritas Norge har allerede fått bevilget 95 millioner kroner til vår Ukraina-respons i 2025 som en del av Nansenprogrammet for Ukraina. Nansenprogrammet er en støtteordning av militære og sivile tiltak som skal gjelde frem til 2030. 3,7 millioner mennesker er internt fordrevne i Ukraina, mens seks millioner har flyktet til utlandet. Ett av Caritas sine hjelpetiltak er dette suppekjøkkenet i Lviv (bildet), der eldre mennesker som er på flukt eller sliter økonomisk kan få seg et varmt måltid. ❀

## Klimasmart kaffeproduksjon i Colombia

Kaffeproduksjon spiller en viktig rolle i Caritas sine freds- og matsikkerhetsprogrammer sør i Colombia. Generalsekretær Ingrid R. Joys (t.v.) besøkte nylig området sammen med Norges ambassadør Nils Martin Gunneng.

Her har bøndene innført nye måter å jobbe på, noe som gjør dem bedre rustet til å møte klimaendringene og ta vare på miljøet. Et eksempel er treplanting for å skjerme mot lys og vind og bidra til renere vann, og mindre og riktig bruk av gjødsel.

Kaffebøndene får teknisk bistand fra ECOM, som gjør at de får tilgang til sertifiseringsordninger. På denne måten produserer de mer miljøvennlig, samtidig som de øker inntektene sine.

Hos Yara fikk de se hvordan bruken av mer miljøvennlig gjødsel har hatt stor effekt på avlingene. Gjødselen har redusert karbonavtrykket med 90 prosent i produksjonen, og redusert utslippene i kaffeproduksjonen med nesten 50 prosent. I tillegg til mindre utslipp, bidrar prosjektet til mer klimaresistente kaffeplanter og økt produksjon, gjennom den tekniske veiledningen bøndene får fra Yara. ❀



Foto: Caritas Norge



# Erfarte jordskjelv på nært hold – hjelper andre nå

(Foto: Privat)



” – Vi må gjøre alt vi kan for å hindre og redusere lidelse.

Miriam Lopez-Villegas, CRS

Miriam Lopez-Villegas, CRS

Foto: A. Skomsøy/Caritas Norge

Miriam Lopez-Villegas utdannet seg til arkitekt, men endret kurs til humanitært arbeid. Den tekniske kompetansen bruker hun nå til å lage huslyløsninger for mennesker fordrevet av krig eller katastrofer.

TEKST: ANETTE SKOMSØY

**D**et er ingen tilfeldighet at det ble slik. Da et massivt jordskjelv rammet Mexico City 19. september 1985 satt hun i bilen sammen med moren. Å se store bygninger kollapse på nært hold, gjorde sterkt inntrykk på 11-åringen. Det samme gjorde mobiliseringen av hjelpere i etterkant, der foreldrene og tusenvis av andre engasjerte seg i gjenoppbyggingen, sammen med de lokale kirkene.

Femten år senere reiste Miriam til Canada etter fullført bachelorgrad i arkitektur, og fikk jobb i et firma i sentrum av Toronto.

– En drøm gikk i oppfyllelse, men det viste seg å ikke være det rette for meg. Jeg bestemte meg for å endre kurs og var så heldig å få praksisplass hos Canadian International Development Agency (CIDA). De hadde et utvekslingsprogram for unge som ønsket å reise til og fra det globale Sør. Jeg ble sent til Paraguay for å jobbe i sårbare lokalsamfunn nær våtmarkene rundt Ypacarai-sjøen, forteller Miriam, som for tiden er bosatt i Norge.



**Haiti 2010:** Miriam arbeidet to år på Haiti etter jordskjelvet.

**Kabul, Afghanistan 2018:** Miriam besøker et krisesenter ledet og gjennomført av et kvinnelig team.

**Tigray, Etiopia 2023:** Miriam gir tekniske råd i et skolerehabiliteringsprosjekt i regi av sin nåværende arbeidsgiver Catholic Relief Services (CRS).

## Sterke inntrykk

Arbeidet ga mersmak, og hun reiste tilbake til Canada for å følge opp mastergraden med spesialisering på bygdeplanlegging og rimelige boliger. Deretter fulgte år med korte og lange opphold i til sammen elleve ulike land. Inntrykkene er mange, men noen har festet seg mer enn andre.

I det kraftige jordskjelvet på Haiti i 2010, ble mer enn 250 000 mennesker drept og en million ble hjemløse. Jeg ble der i to år. Også der sto folk på for å gjenoppbygge landet. Samtidig kunne vi se hvordan de midlertidige teltleirene stadig minket. Det vil jeg aldri glemme, sier Miriam, og legger til:

– Målet var å få folk ut av de provisoriske tilfluktsstedene laget av blå plastpresenninger, og inn på overgangs-husenes solide grunn.

## Mange hensyn å ta

Det har gått mer enn 20 år siden hun endret kurs, og kompetansen hun har med seg fra arkitektstudiene er mer relevant enn noen gang. Med rekordmange konflikter og naturkatastrofer, anslår FN at 305 millioner mennesker vil trenge beskyttelse og annen humanitær hjelp i 2025. Mange er på flukt og trenger et trygt sted å være.

– Før vi begynner byggingen, må vi alltid kartlegge hva som finnes av lokale materialer, noe som kan tid i et land som Sudan. Restriksjonene er mange, og situasjonen svært usikker og farlig. I tillegg må vi også planlegge for at folk er

forskjellige, med ulike behov og ønsker, sier Miriam.

Et eksempel er fra Nigeria der hun skulle bistå kolleger i å sette opp små hus med vinduer på begge sider, slik at man kunne lufte igjennom. Det var ikke like populært hos de som skulle bo der.

– Å ha et vindu i ryggen følte ikke trygt nok. Folk fikk ikke sove fordi de var redde noen skulle snike seg inn uten å bli oppdaget. Dette var en nyttig tilbakemelding å få, og bevisstgjørende med tanke på hvordan kriser påvirker psyken til folk.

## Caritas skiller seg ut

I løpet av karrieren har den humanitære rådgiveren jobbet for ulike humanitære organisasjoner, deriblant Flyktninghjelpen, Medair, Canadian Jesuits International og nå Caritas Norges søsterorganisasjon i USA - Catholic Relief Services (CRS). Hele tiden har hun brukt sin tekniske kompetanse til å bistå i gjenoppbygging og konstruksjon av midlertidige og permanente hjem for internt fordrevne og flyktninger.

For tiden består noen av oppgavene av å gi opplæring til kolleger i Caritas Sierra Leone som jobber humanitært i Free-towns slum, støtte etiopiske kolleger som jobber i Tigray, samt gi tekniske råd knyttet til den humanitære responsen i Gaza, Sudan og ulike globale initiativer.

Det som skiller Caritas fra de andre organisasjonene hun har jobbet i, er

prinsippet om subsidiaritet og lokalt ledet utvikling.

– Med sin lokale forankring i kirken, har Caritas stor tillit blant befolkningen og myndighetene, som de jobber tett med. Tilstedeværelsen før, under og etter en krise er unik, og gir mulighet for å bygge bro mellom kortsiktig og langsiktig hjelp, sier Miriam.

## Mer enn en jobb

Hun forteller at det å bistå mennesker er mer enn en jobb, og en viktig del av hennes identitet. Engasjementet har ikke gått upåaktet hen. Under et opphold på Filippinene ble hun nominert av en kollega, og trukket ut, til å være med i en FN-kampanje om mangfold i humanitær sektor.

– Jeg var én av 100 ansikter på plakater med mål om å vise at humanitære arbeidere kan komme fra Latin-Amerika, Asia og Afrika, og ikke bare vestlige land, slik inntrykket har vært, forteller hun.

Dette er ett av høydepunktene i løpet av karrieren. Ett annet, det største så langt, var å snakke til politikerne i Det britiske parlamentet om afghanske kvinners rettigheter og roller i felt.

– Mennesker er ekstremt motstandsdyktige. Men bistand må alltid baseres på minimumskvalitetsstandarder og humanitære prinsipper, og ikke på hva folk kan tåle. Vi må gjøre alt vi kan for å hindre og redusere lidelse. Jeg er heldig som er i en posisjon til å kunne bidra, konkluderer hun engasjert. 🌸



”

Det dere gjorde mot en av disse mine minste søsken, har dere gjort mot meg.

Matt 25,40b

# Om faste og medmenneskelighet

AV SR. ANETTE MOLTUBAKK, ST. JOSEPHSØSTER

**F**asten handler ikke bare om å avstå fra mat, men også om å søke en dypere forbindelse med Gud og å leve ut neste-kjærlighet. Det er en tid for refleksjon, bønn og gode gjerninger, hvor man oppfordres til å hjelpe andre og vise medmenneskelighet.

Ved å ta et skritt tilbake fra våre daglige rutiner og vaner, får vi muligheten til å vurdere våre handlinger og holdninger. Vi kan spørre oss selv hvordan vi kan bli bedre medmennesker og hvordan vi kan bidra til å skape en mer rettferdig og omsorgsfull verden. I tillegg til den personlige veksten som faste kan bringe, kan det også styrke fellesskapet.

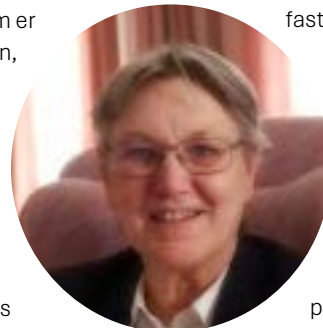
Hva kan fasten handle om? Å åpne hjertet og sinnet for andres behov, å reflektere over våre egne liv og å finne måter å bidra positivt til verden rundt

oss. Gjennom faste kan vi utvikle en dypere forståelse for medmenneskelighet og en sterkere forpliktelse til å hjelpe andre.

Medmenneskelighet, som er tema for årets fasteaksjon, er en av de mest grunnleggende og verdifulle egenskapene vi kan ha som mennesker. Det handler om evnen til å vise omsorg, forståelse og empati for andre, uavhengig av deres bakgrunn, situasjon eller behov. Medmenneskelighet er det som binder oss sammen som samfunn og gjør verden til et bedre sted å leve. På hvilken måte kan jeg personlig bidra til dette?

Medmenneskelighet er å se det

menneskelige i hver enkelt av oss. Ved å praktisere medmenneskelighet kan vi skape en verden der alle føler seg sett, hørt og elsket. Hvordan kan dette bli en utfordring for oss personlig i denne fastetiden?



I en verden som ofte kan virke kald og upersonlig, er medmenneskelighet en kraftig motvekt. Det minner oss om at vi alle er forbundet, og at våre handlinger kan ha en positiv innvirkning på andres liv. Når vi viser medmenneskelighet, sprer vi håp og glede, og vi inspirerer andre til å gjøre det samme.

La oss bruke denne fastetiden til å vise mer medmenneskelighet og anerkjennelse og bidra til en verden der alle føler seg sett, hørt og elsket. ✿



# Vil du bli mentor?

– Hvis jeg kunne hatt en mentor da jeg flyttet til Norge, hadde det vært lettere for meg å finne en jobb.

Det sier Olga som har engasjert seg som arbeidslivsmentor for deltakerne på våre JOBBFOKUS-kurs.

TEKST OG FOTO: CORNELIE RINDAL



– For meg er det meningsfullt å bidra til Rhondas reise på vei mot en relevant jobb i Norge, sier Olga, som er frivillig i Caritas mentorordning for innvandrere.

**T**il daglig jobber Olga med HR og rekruttering i Tata Consultancy Services. Deltakerne i JOBBFOKUS-kurset kommer fra 25 ulike land, og alle har høyere utdanning og mye kompetanse. De er aktive jobbsøkere og klare for å bruke sine ressurser i arbeidslivet i Norge.

## Meningsfullt å bidra

– Jeg ville være mentor, fordi jeg ønsker å hjelpe folk med å forstå det norske arbeidsmarkedet. Det er vanskelig å navigere i et nytt arbeidsmarked. For meg er det meningsfullt å bidra til Rhondas reise på vei mot en relevant jobb i Norge. Å være mentor, gir meg også muligheten til å bli kjent med nye spennende mennesker, legger Olga til.

## Fulgte drømmen

Rhonda, som Olga er mentor for, kommer fra USA, har HR-utdanning og 23 års arbeidserfaring innen HR fra

USA, Trinidad og Tobago. Hun har fått Olga som mentor gjennom Caritas Norges mentorordning.

– Jeg bestemte meg for å følge drømmen min om å bo i Norge og ha «work-life balance», balanse mellom jobb og fritid», sier Rhonda og legger til:

– Jeg er så heldig å få være med i mentorprogrammet. Mentoren min hjelper meg med å knekke kulturelle koder og åpne dører til mitt nye lands arbeidsmarked. Jeg får mer praktisk informasjon enn det jeg kan lese i tekstbøker om arbeid i Norge, mener hun.

## Om mentorordningen

– Hva har man på seg i et jobbintervju? – Hvordan er arbeidskulturen i Norge?

Som ny i Norge kan det være vanskelig å kjenne til de uformelle reglene, både i jobbsøkerprosessen og på arbeidsplassen. Flere med innvandrerbakgrunn strever med å få

seg relevant jobb. Som mentor møter du en person med innvandrerbakgrunn som har høyere utdanning, og som leter etter en relevant jobb. Gjennom å dele dine erfaringer fra norsk arbeidsliv, er du en støttespiller. Det kreves ingen forkunnskaper å bli frivillig

Første møte skjer sammen med en ansatt fra Caritas, deretter møtes dere ca én gang i måneden i ett halvt år (når det passer dere). Som frivillig vil du få opplæring og en oversikt over tema dere kan snakke om på møtene, samt veiledning underveis. ✿

## Er dette noe for deg?

Da finner du mer informasjon om Caritas sin mentorordning og andre oppdrag som frivillig på

[frivillig.no/caritas-norge](http://frivillig.no/caritas-norge)

Fasteaksjonen 2025

# Avstå fra et gode og hjelp dem som trenger det



**Kafébesøk: 201,-**  
= frø til en familie



**Genser: 489,-**  
= kjøkkenhage til en familie



**Frisørtime: 1 222,-**  
= nødhjelpspakke til en familie



**Flyreise: 1 803,-**  
= støtte og veiledning til flyktninger og innvandrere

**Vipps**  
**93082**



\*symboliske gaver



**Caritas**  
Norge

caritas.no

Sammen for en bedre verden, ett hjerte av gangen