

CaritasNYT

#3 december 2025

**Adventsindsamling 2025:
Giv livreddende lægehjælp
til flygtninge og udsatte
i Jordan**



Caritas
Danmark

Redaktør/ansvarshavende

Peter Christian Rude
pcr@caritas.dk

Forsidebillede

Anders Guldberg

Bagsidebillede

Caritas Jordan

Grafisk design

Rasmus Eckardt

Trykoplæg: 1.700

ISSN: 13978578

Redaktionen af Caritas Nyt #1
blev afsluttet den 27. november 2025

Udgivelse

Caritas Nyt sendes til alle Caritas' bidragydere og samarbejdspartnere. Adresseændring eller afmelding: caritas@caritas.dk eller tlf. 38180000 Caritas' kontonummer: 7132 2319477

Udgiver

Caritas Danmark
Gammel Kongevej 15, 3
1610 København V.
E-mail: caritas@caritas.dk
Generalsekretær:
Maria Krabbe Hammershøj
Bestyrelsesformand:
Stine Rørbæk Møller

Læs mere om Caritas Danmark:
caritas.dk

Caritas Danmark arbejder solidarisk for og med mennesker med henblik på at fjerne nøden og dens årsager. Caritas Danmark er medlem af Caritas Internationalis (CI) – Den katolske Kirkes humanitære organisation for udvikling og nødhjælp. 162 nationale Caritas-organisationer er medlemmer af CI.

Kære læser

For et år siden faldt Assad-styret, men freden i Syrien lader desværre stadig vente på sig. For mange syriske flygtninge – også dem, der bor i Danmark – er tanken om at vende hjem forbundet med stor usikkerhed. Alligevel har vi i den offentlige debat herhjemme hørt gentagne opfordringer til, at de rejser tilbage.

I Jordan, der er et af de lande, der huser allerflest flygtninge, er tilgangen en anden. "For os er jorden et fælles gode," som generalsekretæren for Caritas Jordan, Wael Suleiman, for nylig

udtrykte det over for to af mine kolleger, da de besøgte Caritas' projekter i landet. Det er en smuk indstilling, men virkeligheden er udfordrende. For Jordan er et fattigt land, og mange jordanere lever selv i dyb armod. For flygtningene i landet, der ikke kun kommer fra Syrien, men også fra steder som Irak, Sudan og Somalia, er det meget svært at få en fod inden for på arbejdsmarkedet. Og deres situation er kun blevet forværret som følge af, at store internationale donorer i stigende grad trækker deres støtte til landet.

At vi ikke ser langt flere syrere bryde op fra deres desperate situation i Jordan og rejse hjem bekræfter, at Syrien langt hen ad vejen stadig er et usikkert sted at opholde sig. Og for mange er der slet ikke noget at vende tilbage til. Som en syrisk kvinde, der kommer hos Caritas Jordan, fortalte mine kolleger: "Der er ingen fremtid for os i Syrien." Noget af det, der giver hende styrke, er at komme på en af de sundhedsklinikker, som den katolske kirke, gennem Caritas, driver, og som er åbne for både flygtninge og udsatte jordanere. For hende er det ikke kun behandlingen på klinikken, der betyder noget, men også den omsorg, som den bliver givet med. Hos Caritas oplever hun at blive set som et helt menneske.

I år går adventsindsamlingen til at sikre den fortsatte drift af klinikkerne, der i øjeblikket mangler penge. Jeg håber, at du vil give et bidrag og være med til at hjælpe nogle af de mennesker i Jordan, der har det allersværest.

På forhånd tak for din solidaritet med vores brødre og søstre i menneskeheden.

Jeg vil også benytte mig af lejligheden til at takke alle, der på forskellig vis har bidraget til vores arbejde i løbet af det forgangne år.

Med ønsket om en velsignet adventstid.

Maria Krabbe Hammershøj

Generalsekretær,
Caritas Danmark





17-årige Samer, der er barn af syriske flygtninge, er en af de mest ihærdige elever på musikskolen, der modtager støtte fra Caritas. Den seneste tid har han været hjælpelærer på skolen, og nu står han over for at lande sit første betalte job som musiker. Foto: Anders Guldberg.

► Podcastvært Anders Guldberg interviewer en af lægerne på Caritas' sundhedsklinik i Jordans hovedstad, Amman. Foto: Anette Lilleøre.



Kom med Caritas til Jordan!

Jordan er et af de lande, der modtager flest flygtninge. Vi var et lille hold, der rejste til kongeriget for på første hånd at opleve den forskel, som Caritas gør for de allermest udsatte i landet.

I en ustabil region er Jordan kendt for at være et sikkert helle. Gennem de sidste 50 år har landet levet i fred med sine naboer, og det er tilflugtssted for millioner af mennesker, der er blevet drevet på flugt af krig og konflikt. I dag opholder der sig for eksempel godt halvanden million syrere i landet, hvor den samlede befolkning er på 11,5 millioner indbyggere.

Men hvad ligger til grund for den store gæstfrihed? Spørger man generalsekretæren for Caritas Jordan, Wael Suleiman, hænger svaret sammen med den særlige beduinkultur, som landet er rundet af, og som bygger på et princip om fri bevægelighed. Selv er han, ligesom størstedelen af befolkningen i Jordan, efterkommer af palæstinensiske flygtninge. Og som leder af den katolske kirkes officielle humanitære

organisation i landet har han over de sidste to årtier engageret tusindvis af medarbejdere og frivillige i at sikre en god flygtningemodtagelse.

Hjælper både flygtninge og udsatte jordanere

Det sker blandt andet på de sundhedsklinikker, som Caritas driver, hvor både flygtninge og udsatte jordanere kan få den hjælp, som de ellers ofte går forgæves efter, når de henvender sig til det offentlige sundhedssystem. For Jordan er et fattigt land, og samfundets bærende institutioner er, som følge af blandt andet de mange flygtninge, tyndslidte.

I anledning af at adventsindsamlingen går til at støtte Jordan, var vi i slutningen af oktober et lille hold, der tog afsted til landet for at besøge Caritas' projekter. Her fik vi selv øjne for den store forskel, som Caritas gør

for de allermest udsatte. Udstyret med båndoptager og notesblok mødte vi blandt andet mennesker, der modtager behandling for kroniske lidelser, og som får psykosocial støtte. Deres historier kan du høre i de seneste afsnit af vores podcast, 'Jeg har set verden styrte i grus', der ligger tilgængelig dér, hvor du ellers lytter til podcasts.

Og så var vi forbi nogle af de aktiviteter, som Caritas Jordan driver for udsatte børn. Vi besøgte blandt andet to musikskoler, hvor børnene lærer at spille klassisk musik fra henholdsvis den vestlige og den arabiske verden. "Når man spiller musik sammen, tænker man ikke over, hvem der er rige, og hvem der er fattige. Det er en af de få gruppeaktiviteter, der ikke er konkurrenceprægede. Det handler om at lykkes sammen," fortalte Omar Alayan, der er lærer på en af skolerne.

For første gang nogensinde har du mulighed for at komme med Caritas på projektrejse til Jordan. Det er en enestående mulighed for at opleve Caritas' arbejde på nært hold – vi skal blandt andet besøge nogle af Caritas' sundhedsklinikker for flygtninge og udsatte jordanere.

Derudover skal vi opleve nogle af Jordans største seværdigheder, herunder det imponerende romerske amfiteater i Amman og den ikoniske oldtidsby Petra.

Rejseperiode: søndag d. 12. april til søndag d. 19. april 2026.

Tilmeldingsfrist: fredag d. 23. januar 2026. Der er kun 10 pladser på turen, som fordeles efter først-til-mølle-princippet.

Informationsmøde: onsdag d. 18. marts 2026 kl. 17.00 på Caritas' sekretariat.

Pris: 17.000 kr. I prisen indgår fly tur/retur til/fra Amman, hotel, forsikring, alle hovedmåltider, lokal transport, visum, tolk, dansk rejseleder, informationsmøde samt entré til alle seværdigheder.

OBS! Drikkevarer, småforbrødsvarer og vacciner er ikke inkluderet i prisen.

Har du spørgsmål, eller ønsker du at tilmelde dig?

Kontakt **Sidse Surel Mogensen** fra Caritas på ssm@caritas.dk eller telefon **31429206** for mere information.

Af Peter Christian Rude
Kommunikationskoordinator,
Caritas Danmark



Bestyrelsesformand for Caritas Europa: "Som den katolske kirkes sociale arm har vi et positivt perspektiv at bidrage med i krisetider"

Sidst i september afholdt Caritas Europa bestyrelsesmøde i København. I den forbindelse mødtes vi med bestyrelsesformanden og generalsekretæren for netværket til en samtale om den rolle, som Caritas har at spille i dagens Europa.

Det lyser ud af øjnene på msgr. Michael Landau af ren og skær fortællelyst. Den 65-årige østrigske præst og vaskeægte Caritas-veteran har knap sat sig til bords, før han begynder at udbrede sig om betydningen af Caritas' arbejde i en verden, hvor der ellers er nok at bekymre sig over. Mens han skænker sig en kop kaffe, fortæller han glad om et initiativ, som han selv, som leder af Caritas Wien, for flere år siden var med til at lancere, hvor en tidligere præstebolig blev omdannet til et hotel, der nu drives som en socio-økonomisk virksomhed, der blandt andet beskæftiger flygtninge og

migranter. Her kan de få en fod inden for på arbejdsmarkedet og tillære sig færdigheder, der kan hjælpe dem i deres videre karriere.

"Vi har ansatte fra hele verden," siger han stolt. "Vi giver dem en chance for at etablere sig. Enhver kan se, at det på et hotel er en god idé, at personalet kan mange forskellige sprog."

Det er nu ikke som leder af Caritas Wien, at Michael Landau i disse dage i udgangen af september besøger os på vores sekretariat i København. Siden 2020 har han været bestyrel-

sesformand for Caritas Europa, den regionale forgrening af den katolske kirkes verdensomspændende humanitære organisation, Caritas Internationalis. Og netop nu samles bestyrelsen, hvor vores egen generalsekretær, Maria Krabbe Hammershøj, også sidder, til møde på Gammel Kongevej 15.

Der er derfor i øjeblikket ekstra travlt på kontorgangene, hvor Caritas-gæster fra alle hjørner af kontinentet færdes. Og mellem drøftelser af det fortsatte samarbejde i netværket har vi fundet en lille pause i det tætpakkede program til at

◀ Sådan så det ud, da Caritas Europa i slutningen af september afholdt bestyrelsesmøde på vores sekretariat. Generalsekretær Maria Nyman og bestyrelsesformand Michael Landau ses på den bageste række som henholdsvis nummer fem og seks fra højre. Vores egen generalsekretær, Maria Krabbe Hammershøj, befinder sig i midten af billedet iført en brun blazer.

sætte Michael Landau og generalsekretæren for Caritas Europa, Maria Nyman, stævne for at høre deres bud på, hvilken rolle Caritas har at spille i dagens politiske virkelighed.

Migranter, flygtninge og en ny sikkerhedspolitisk situation

"Styrken ved Caritas er det daglige arbejde, der bliver udført til gavn for næsten," fortæller Michael Landau og understreger, at Caritas – ved at være tæt på mennesker i nød – har en særlig autoritet, når det kommer til at tale de fattiges og udsattes sag. "Tag flygtningene og migranterne, der rejser til Europa. Som en global konføderation er Caritas både til stede i deres oprindelseslande, men vi møder dem også, når de kommer hertil. Vi er med dem hele vejen," siger han.

Maria Nyman nikker. "Vi har direkte kontakt til mennesker, der befinder sig i marginen af samfundet. Ved at viderebringe deres erfaringer og vidnesbyrd kan vi få de politiske beslutningstagere, blandt andet i Europa-Parlamentet, i tale," supplerer hun.

Samtidig med at Caritas Europa afholder bestyrelsesmøde i København, bliver det danske luftrum op til flere gange krænket af fremmede droneoverflyvninger. Flere af bestyrelsesmedlemmerne ankommer

som følge deraf for sent til mødet. Selv om man ikke direkte kan konkludere, at det er Rusland, der står bag dronerne, peger det alligevel henimod en mere usikker verden, hvor det europæiske fredsprojekt er under pres. Og det kan føre til, at de nationale medlemsorganisationer i Caritas Europa må tilpasse deres aktiviteter for at passe ind i den nye kontekst.

Maria Nyman mener, at det er afgørende, at en organisation som Caritas er en del af svaret i den nye situation, og bemærker, at flere af medlemsorganisationerne har mange års erfaring med civilt beredskab, modstandsdygtighed og humanitær respons, som de kan dele med resten af konføderationen og de offentlige myndigheder.

Mens de truende skyer trækker hen over Europa, opfordrer Michael Landau samtidig til, at man holder fast i tilliden og håbet. "Den katolske kirke fejrer lige nu jubelår under temaet 'Håbets pilgrimme'. Vi befinder os nok i udfordrende tider, men det er op til os selv at finde ud af, hvordan vi vil stå imod disse udfordringer. I en tid med geopolitiske spændinger har Caritas som kirkens sociale arm et positivt perspektiv at bidrage med," siger han.

Young Caritas i Cambodja

I begyndelsen af oktober rejste vores ungdomsorganisation, Young Caritas, til Cambodja for at arbejde frivilligt i landsbyen Pothum. De var med til at bygge huse, assistere på en lægeklinik og undervise i engelsk. Rejsen var selvfinansieret, men hjælpearbejdet blev muliggjort af generøse donationer fra baglandet. Her fortæller en af deltagerne om sine oplevelser.



Af Linnea Olesen
Deltager på rejsen til Cambodja

▲ Tid til et velfortjent afbræk! Yderst til venstre ses forfatteren sammen med flere rejsefæller fra Young Caritas. I den modsatte ende af billedet ses den dansk-vietnamesiske læge Chi Le, der i sin tid var med til at etablere lægeklinikken i Pothum, og som sammen med Jacob Nue Sønderstrup fra Caritas Danmark var med som leder på turen.

I starten af oktober tog Young Caritas til Cambodja for at deltage i lokalsamfundet. Vi boede godt 16 kilometer uden for landets hovedstad, Phnom Penh, i landsbyen Pothum. Her blev vi indlogeret hos de gæstfrie brødre fra La Salle-ordenen, som har viet deres liv til at uddanne børn ud af fattigdom. Til daglig driver de skolen, underviser og deltager aktivt i alle afkroge af lokalmiljøet. Selv om vi ankom i slutningen af elevernes sommerferie, fik vi mulighed for at undervise børnene i engelsk. Tilbuddet var helt frivilligt, og børnene kunne sikkert finde andre og sjovere ting at lave, men de mødte dag efter dag talstærkt op for at øve alfabetet, synge engelske sange, lære høflighedsfraser og lave opgaver på tavlen.



▲ Her er et af de huse, som de unge frivillige fra Danmark var med til at bygge. Efter blot et par dage begyndte det at tage form. Det tidligere hus var lavet af træ, og væggene var isoleret med skrald.



▲ Der var også tid til at lege med børnene på den lokale skole. Som en belønning for deres engagement i engelskundervisningen afholdt de frivillige i Young Caritas en stor børnefest.

Skolen, der er samlingspunktet for de lokale børn, er ikke kun beregnet til undervisning og leg. I et lokale ved siden af skolens kontor ligger lægeklinikken, som hver mandag har åbnet. Den bliver drevet af en lokal sygeplejerske, der tilser patienter, ordinerer medicin og foretager helbredstjek. Her fik vi mulighed for at lave blodtryksmålinger og synstest. De patienter, hvis syn var så forværret, at de ikke kunne se, når man holdt en hånd foran deres næse, tog vi hen til en øjenklinik, hvor de enten fik en operation for grå stær eller et par briller.

Hjælp med at bygge huse

I området, hvor skolen ligger, bor mange fattige familier. I nogle af de fattigste områder lever famili-

erne tæt sammen i faldefærdige bygninger. Derfor havde La Salle-søstrene været ude og udvælge tre familier, som skulle få bygget et helt nyt hjem. Arbejdet blev udført af cambodjanske håndværkere, men de danske drenge og piger fik lov at assistere på byggepladsen. Der var udfordringer som skarpe materialer og oversvømmelser, men det tyngede ikke arbejdsmoralen. Arbejdet på byggepladsen åbnede muligheder for at komme tættere på de udsatte familier.

Det er svært at sætte ord på alle de ting, som jeg tager med mig hjem fra rejsen. To uger ser ikke ud af meget, men for mig har ugerne sat sig dybe spor. Jeg ser tilbage på de familier, som jeg på kort tid er

blevet en del af, og føler et savn af det fællesskab, som jeg har efterladt i Pothum. Sammen med mine rejsefæller fra Young Caritas har jeg mødt mennesker, hvis skæbner har været ulykkelige og uheldige, men hvis smil, åbenhed og lys altid har skinnet igennem. Vi er blevet inkluderet i et fællesskab, hvor man hele tiden kommer hinanden ved. Selvom fattigdommen er gennemgribende, så baner skolen, som La Salle-ordenen driver, en vej til en bedre fremtid for de lokale børn. De kan få gratis undervisning, og de kan blive undersøgt af en sygeplejerske. Det lyder måske ikke af meget, men det giver dem et skub i den rigtige retning.

Med Caritas på Ungdommens Folkemøde

Over to dage i begyndelsen af september fik en gruppe dedikerede elever fra Niels Steensens Gymnasium mulighed for at følge op på deres rejse med os til Uganda. På Ungdommens Folkemøde satte de fokus på situationen for de mange piger i landet, der må blive hjemme fra skole, når de har menstruation.

▲ Overraskende nok deltog også mange drenge i workshoppen. For mange af deltagerne var det stillesiddende arbejde med at sy bind et tiltrængt afbræk fra en dag præget af mange forskellige indtryk.

Vi har slået lejr i et lille hjørne af Valbyparken. For første gang nogensinde er vi med på Ungdommens Folkemøde, der hvert år samler op mod 30.000 unge. Et strandflag med vores karakteristiske flammekors blafre i vinden, og rundt om to bordebænkesæt sidder en håndfuld elever fra Niels Steensens Gymnasium med sytøj i hænderne. De går ikke alle sammen i samme klasse, men de har det til fælles, at de tidligere på året var med os i Uganda på en rejse finansieret af Udenrigsministeriets Globus-pulje. Her blev de blandt andet klogere på situationen for de mange piger i det østafrikanske land, der bliver hjemme fra skole, når de har menstruation, da de ikke har råd til at købe bind. Gennem lokale, kirkelige partnere uddeler vi derfor genanvendelige menstruationsbind til de udsatte piger. Og det er disse bind, som eleverne nu selv sidder og syer.



▲ Birk Uno og Wilja Blankhol holder oplæg for interesserede elever og lærere om deres rejse med os til Uganda tidligere på året.



▲ Sofie Lisby Hansen fra Niels Steensens Gymnasium instruerer deltagerne i workshoppen i at sy genanvendelige menstruationsbind. Yderst t.h. står Jacob Nue Sønderstrup, chef for engagement og IT i Caritas Danmark.

“ Vi er to lærerstuderende, som blev nysgerrige på, hvordan man syer sit eget bind. Øvelsen var en god måde at opleve, hvad andres hverdag består af. Søde undervisere.

/ To lærerstuderende

“ Vi har lært mere om problemet i Uganda, at de ikke har adgang til basale ting som hygiejneprodukter, som vi synes burde være helt normalt og faktisk gratis.

/ Tre piger, 1. g, Øregård Gymnasium

“ Jeg synes, det er en nice, kreativ ting, og jeg har lært at blive bedre til at sy.

/ Pige, 8.-klasse, Skolen ved Søerne

Nogle nysgerrige drenge fra en anden skole kommer forbi vores bod. “Hej, har I ikke lyst til at prøve at sy jeres eget bind?” spørger Wilja Blankhol, der går i 3. g på Niels Steensens Gymnasium. “Øh, det kan vi da godt,” lyder det lidt tøvende. Drengene slår sig ned, og der går ikke lang tid, førend de sidder helt fordybet med nål og tråd. I løbet af dagen tager stadig flere elever del i workshoppen. På bordene ligger nogle samtalekort, hvor man bliver bedt om at forholde sig til en række udsagn om menstruation med henblik på at teste nogle af de fordomme, der knytter sig til emnet. For Wilja Blankhol bliver det en anledning til at fortælle om vores projekt i Uganda med at nedbryde tabuet om menstruation og skabe de bedste mulige rammer for pigernes skolegang, så de ikke sakker bagud i forhold til drengene.

Det kommer hun nærmere ind på, da hun senere på dagen – sammen med Birk Uno, en anden 3. g'er – holder et oplæg på en af scenerne på festivalpladsen. Snart bliver bænkerækkerne fyldt op, og der er både elever og lærere iblandt publikum. Da Birk Uno og Wilja Blankhol beskriver de udfordringer, der præger hverdagen for en stor del af pigerne i Uganda, bliver der nikket genkendende fra publikum. Så langt er der alligevel ikke fra Danmark til Uganda, når det gælder et af tilværelsens – for piger og kvinder – mest grundlæggende vilkår. Forskellen er selvfølgelig bare, som Wilja Blankhol under oplægget får sagt, at man i Danmark altid bare kan gå i supermarkedet, hvis man har brug for et bind. For piger i Uganda er det ikke så ligetil.

Dette efterår har ét stort tema fyldt i vores ældrefællesskaber: kommunal- og regionsvalget

Rundtur på rådhuset, paneldebat med lokalpolitikere og foredrag om demokratiets udfordringer anno 2025. Det er nogle af de arrangementer, som vores ældrefællesskaber har haft i kalenderen i tiden op til kommunal- og regionsvalget, hvor det har handlet om politik, medborgerskab og valgdeltagelse.

Af Christa Basteiro Kranich
National programkoordinator
for fællesskaber

Som en del af vores fokus på valget var vi på rundvisning på Københavns Rådhus. Rundvisningen bød på både humoristiske og interessante fortællinger, og der var en stor videbegærighed fra deltagerne.

► Hvordan fører vi ældreloven, der for nylig trådte i kraft, ud i Københavns Kommune? Og hvordan sikrer vi, at den støt voksende andel af ældre over 65 år med minoritetsetnisk baggrund bliver tænkt i den kommunale ældreindsats? Det var nogle af de spørgsmål, som vi havde oppe at vende, da vi i forbindelse med kommunal- og regionsvalget afholdt paneldebat med (fra venstre) Shukri Hamda Dol (Ø), Jens-Kristian Lütken (V), Helle Bonnesen (K), Dorte Beck-Nyling (M) og Yildiz Akdogan (S).



Hvor sætter man sit kryds? Det spørgsmål fyldte meget for brugerne i vores ældrefællesskaber op til kommunal- og regionsvalget den 18. november.

Når der afholdes valg til kommunalbestyrelserne og regionsrådene, er det en enestående mulighed for at yde indflydelse på rammerne for ens hverdagsliv og helt nære interesser og behov. For mange i vores ældrefællesskaber var der en stor vilje til at gribe denne mulighed og gå ned at stemme. Men samtidig er valget en kompleks størrelse med mange kandidater og mærkesager at sætte sig ind i. Derfor var det væsentligt for os at sætte fokus på valget og understøtte vores brugere, så de følte sig bedst muligt klædt på til at sætte deres kryds. Vi var så heldige at modtage en bevilling fra TrykFonden, som hjalp os med at gøre forløbet nærværende, motiverende og relevant.

Vi tog hul på det overordnede tema allerede i september, hvor vores faste månedlige åbne arrangement blev dedikeret demokratiet. Professor i komparativ politik Jacob Gerner Hariri kastede på medrivende vis lys over den globale styrkeprøve mellem demokrati og autokrati, som den

udspiller sig i både Vesten og resten af verden.

Fra det større samfundsmæssige perspektiv dykkede fællesskaberne ned i det helt konkrete, da der i løbet af oktober og november blev afholdt skræddersyede valgworkshops på henholdsvis urdu og dansk. Her var formålet at skabe overblik over, hvad vi egentlig stemmer om, og hvad vi har indflydelse på til kommunal- og regionsvalget. Vi kiggede også på de potentielle barrierer, der kan være for at stemme, og hvordan vi konkret kan forsøge at overvinde dem.

Hvem fortjener det ene, store kryds?

En af de store udfordringer for flere af vores brugere – som gælder for mange vælgere generelt – var at finde ud af, hvem man skal stemme på, når vi rent faktisk står i stemmeboksen. For de danske valg byder på en bred vifte af både partier og ikke mindst enkeltpersoner, som alle kæmper om det ene, store kryds. For at brugerne af vores ældrefællesskab kunne træffe deres beslutning på så kvalificeret et grundlag som muligt, tog vi flere midler i brug.

På Vesterbro fik vi besøg af fem lokalpolitikere i Københavns Kommune, som præsenterede deres

vision for fremtidens hovedstad og kom med deres bud på, hvordan vi som samfund bedst understøtter et værdigt ældreliv. De af Caritas' ældrefællesskaber, der ikke hører under Københavns Kommune, besøgte lokale valgdebatter i deres respektive kommuner.

Derudover tog nogle af fællesskaberne en kandidattest. Først gennemgik vi sammen de forskellige spørgsmål fra testen, og derefter tog hver enkelt testen på sin egen telefon for at finde ud af, hvilken politiker i lige netop deres kommune som de deler flest holdninger med.

Knap 200 ældre med minoritetsetnisk baggrund deltager i Caritas' ældrefællesskaber, hvor de kan mødes over deres modersmål.

Fællesskaberne skaber trygge rammer for socialt samvær og forebygger ensomhed. Caritas driver ældrefællesskaber på Vesterbro og Amager samt i Hvidovre og i Brøndby.



Tak for et godt årsmøde!

Vi var flere med end nogensinde før, da vi den sidste weekend i september afholdt årsmøde, hvor vi mødtes med vores bestyrelse, sognerepræsentanter og frivillige. Over 80 personer lagde vejen forbi Scandic i Roskilde til nogle begivenhedsrige dage, der – foruden de obligatoriske beretninger – bød på en række af workshops og faglige oplæg. Som noget nyt deltog også en gruppe af unge fra vores nyoprettede ungdomsorganisation, Young Caritas.

I løbet af de tre dage, som årsmødet strakte sig over, kom vi rundt om de bærende principper i katolsk sociallære, situationen i Kaukasus i lyset af den nylige fredsftale mellem Armenien og Aserbajdsjan, og hvordan de indsamlede midler fra fasteindsamlingen tidligere på året understøtter Caritas' indsats for udsatte kvinder og børn i Libanon. De frivillige i vores nationale projekter fik også mulighed for hver især at fortælle, hvordan de arbejder for at gøre en forskel for de mennesker herhjemme, der har det allersværest.

Og så blev vi alle sammen klogere på, hvordan man søger fondsmidler, og vi fik inspiration til, hvordan man kan sætte gang i engagementsskabende initiativer ude i sognene. Et overraskende indslag kom fra søster Angela Rammé fra Sankt Joseph Søstrene, der underviste os i meditativ dans.

Hele weekenden blev dog ikke tilbragt indenfor i konferencelokaler. Vores værtsmenighed i Sankt Laurentii Kirke havde arrangeret en spændende byvandring, hvor vi blandt andet kom forbi den nye Musicon-bydel. De stod også for at sætte det perfekte punktum for årsmødet med festmesse, brunch og velgørenhedsauktion om søndagen.

Vi siger tak for denne gang! Og så glæder vi os til at se jer alle sammen igen næste år. Måske vi endda bliver endnu flere i 2026?



Lær en ny opskrift – sådan laver du den filippinske nationalret **adobo**

Har du prøvet at lave mad fra Filippinerne før? Et godt sted at starte er den populære ret adobo. Den kan laves med stort set alle typer kød, fisk, skaldyr og grøntsager. Rosemarie Alonzo Christensen, som er frivillig aktivitetsleder i Caritas' fredagscafé, der hver uge samler mellem 30 og 40 mænd og kvinder med primært filippinsk baggrund, fortæller her om retten.

Hvornår laver du sædvanligvis adobo?

"Mine børn har altid elsket det og har altid bedt mig om at lave adobo, så jeg har altid lavet det meget for dem. Vi laver det også ofte i fredagscaféen, og også her bliver folk meget glade, når vi laver den. Det er noget, som alle er rigtig vilde med."

Hvad kan du særligt godt lide ved retten?

"Det er vores nationalret, og så er den bare rigtig nem at lave. Når man skal have noget hurtig og nem mad, så laver man adobo. Man kan bare sætte alting i gryden, og så bare lade den simre i en eller to timer. Og så holder den sig rigtig godt i et par dage."

Hvad plejer I at spise med retten?

"Ris, vi spiser altid alting med ris. Men nogle gange laver jeg den også med kartofler eller serverer den sammen med hårdkogte æg."

Har du lyst til selv at give dig i kast med retten? Så følg opskriften her til højre.



Til seks personer

INGREDIENSER

1 kg hakket svinebryst/svineskulder /svinekødsribben
1 kg kylling (hel eller bryst) – skåret i stykker
6 stk. tørrede laurbærblade
2 tsk. hele peberkorn
1 helt hvidløg – let knust
6 spsk. hvidvinseddike
1/2 kop sojasauce
1 spsk. østerssauce
2 tsk. brun farin
2 kopper vand
Salt efter smag
3 spsk. madolie

FREM GANGSMÅDE

1. Varm olie op i en pande.
2. Når olien bliver varm, tilsæt hvidløg. Steg indtil farven bliver gyldenbrun.
3. Fjern hvidløget og sæt det til side. Tilsæt svinekød og kylling. Steg i fem minutter eller indtil farven bliver lysebrun.
4. Tilsæt hele peberkorn, laurbærblade, østerssauce, sojasauce og vand. Lad det koge og simre indtil kødet er mørt.
5. Tilsæt brun farin og rør rundt.
6. Hæld eddike i og lad det koge. Lad det simre indtil det meste af væsken er fordampet.
7. Tilsæt salt efter smag. Kom det stegte hvidløg i, rør rundt og steg i to minutter.
8. Server – og nyd.

▲ Her ses Rosemarie Alonzo Christensen (t.h.) sammen med Marites F. Camacho (t.v.), som er den anden frivillige aktivitetsleder i Caritas' fredagscafé.

Giv livreddende lægehjælp til udsatte og flygtninge i Jordan

Diabetes, hjerte-kar-sygdomme og astma: Det er eksempler på udbredte sygdomme, der kan blive decideret livstruende, hvis ikke man får den nødvendige behandling. Mennesker på flugt, der er kronisk syge, har ofte ikke råd til at købe medicin eller mulighed for at blive tilset af en læge. Det ser vi blandt andet i Jordan, der er et af de lande verden over, der huser flest flygtninge. Her driver den katolske kirke – gennem Caritas – sundhedsklinikker, hvor udsatte jordanere og flygtninge kan modtage livreddende lægehjælp.

Men klinikkerne mangler penge, og der er mange, der ikke får den hjælp, som de har brug for. I år går vores adventsindsamling derfor til at støtte den fortsatte drift af klinikkerne. Ved at bakke op om indsamlingen er du med til at redde liv. Du kan benytte dig af girokortet nedenfor, støtte på caritas.dk eller sende et beløb over MobilePay på 61100.

