

# DIN GÅVA GER LIV & MENING

...där hedersförtryck eller religion  
begränsar mänskliga rättigheter



**HumanistHjälpen**

**90** SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL

# Det här är HumanistHjälpen!

HumanistHjälpens ändamål är att hjälpa människor vars mänskliga rättigheter begränsas av hedersförtryck eller religiöst baserade lagar och traditioner.

Vi började som en medlemsinsamling inom Humanisterna 2008. Tack vare varmhjärtade medlemmar växte insamlingen snabbt. Den ombildades 2012 med hjälp från förbundet till en helt fristående insamlingsstiftelse med 90-konton. Då kunde även donatorer utanför förbundet nås.

Verksamheten består av att samla in donationer. Pengarna fördelas till lokala ideella organisationer i Sverige, Marocko och Uganda.

Våra hjälpmål är valda för att de har erkänt goda förmågor att med små medel göra verklig skillnad för drabbade människor. Våra krav på hjälpmålen är bland annat:

- Ge skydd undan förföljelse och våld
- Verka inom hälsovård, barnomsorg, utbildning eller socialt stödarbete
- Arbeta aktivt med opinionsbildning för att långsiktigt förändra bristerna i sitt samhälle
- Lämna reviderad dokumentation för kontroll av lämnad hjälp

Vi vill ge ett stort tack till alla som donerat genom åren! Och ett stort tack till kommande donatorer. Ni uträttar underverk för människor som kämpar mot konfessioner och dess traditioner för att nå sina mänskliga rättigheter.

## *HumanistHjälpens styrelse*

## Våra hjälpmål

### SVERIGE



#### **GLÖM ALDRIG PELA OCH FADIME – GAPF**

GAPF är en sekulär, ideell förening mot hedersrelaterat våld och förtryck. Den grundades 2001 av Sara Mohammad. GAPF stöttar och hjälper hedersutsatta. Bland annat genom stödverksamhet, utbildning och opinionsbildning. En stödjour är öppen dygnet runt. GAPF syns ofta i det offentliga rummet och arrangerar årligen den uppmärksammade Fadimegalan.



#### **VARKEN HORA ELLER KUVAD – VHEK**

VHEK är en ideell organisation mot rasism och hedersförtryck, grundad 2001 av Amineh Kakabaveh. VHEK bekämpar alla former av diskriminering, som kvinnoförtryck, homofobi, rasism och hedersförtryck. VHEK är mycket aktiva i opinionen mot hedersproblematik, i press, Hederspodden och tidningen Förortsfeministen. VHEK utbildar också socialarbetare och andra som dagligen möter utsatta människor.

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

## hjälpkällan **HJÄLPKÄLLAN**

Hjälpkällan är en frivilligorganisation som grundades 2006 och stödjer avhoppare från sekter. Dessa förlorar ofta den livsmening man tidigare sett som absolut sanning. I verksamheten ingår digitala träffar där avhoppare kan känna stöd och gemenskap. Hjälpkällan driver också opinionsbildning, bland annat genom föreläsningar på skolor.

## MAROCKO



### **AHDDANE**

Ahddane (Kram) är en ideell förening med kvinnohus, förskola och utbildningscenter, grundad 2011 av Mme Mahjouba Edbouche. Ahddane räddar ensamstående mödrar som utesluts ur den sociala gemenskapen.

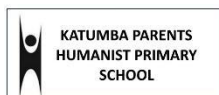
De skyddas från hedersvåld, får förlossningsvård och utbildning på sin väg mot ett nytt liv. Barnen får plats på förskolan. För att förändra synen på ogifta mödrar drivs opinionsbildning i samhället. Ahddane driver också tillsammans med hemkommunen ett utbildningscentrum för utsatta kvinnor och barn.



### **SOS TAROUANOU**

Tarouanou är en ideell förening, grundad 2014, som driver ett barnhem. Där räddas övergivna pojkar från fortsatta liv som gatubarn. Ibland så unga som sex år. De är ofta barn till ogifta mödrar som gått under socialt. På barnhemmet får de växa upp med trygghet, kamrater, skola och välutbildad personal. När de gått ut gymnasiet har de en yrkesutbildning med sig ut i livet.

## UGANDA



### **KATUMBA PARENT HUMANIST PRIMARY SCHOOL**

Katumba är en sekulär-humanistisk förskola och grundskola. Skolor drivs vanligen konfessionellt av religiösa församlingar med krav på att familjerna går med i församlingen. Katumba startades 2010 av föräldrar som vill främja vetenskap framför trosuppfattningar. Uganda är världsledande med flest andel sekulär-humanistiska skolor. Humanistiska organisationer och privatpersoner över hela världen stödjer dem.



### **SMUG, SEXUAL MINORITIES UGANDA**

SMUG är en paraplyorganisation, grundad 2004 till skydd och som stöd för HBTQI-personer och organisationer i Uganda. Traditionellt är förföljelse, misshandel och mord vanligt. Under 2023 har en ny lag förklarat alla former av HBTQI olagliga. Straffskalan går från böter till dödsstraff. SMUG anser att den nya lagen strider mot författningen och arbetar juridiskt för att riva upp den.

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!



## Hamid 8 – räddad från liv på gatan

Hamid är åtta år och sover i en kartong på trottoaren. Mamma försvann förra året, pappa har han aldrig sett. Han är ofta rädd. När folk är hotfulla springer han. När folk är vänliga men vill tafsa, då springer han ännu fortare. Hungern är det enda han äger, och limmet i plastpåsen, han har lärt sig hur det söver...

Hamid är inte registrerad som medborgare, har inga sociala rättigheter. Eftersom mamma inte var gift när han föddes. Sådant är ju olagligt, hon fick fängelse. Och det är klart att han själv inte finns officiellt, eftersom ogifta inte kan få barn.

Sin pappa har Hamid aldrig träffat. Mamma har berättat att han försvann innan Hamid föddes. Så det finns ingen manlig förmyndare som kan godkänna honom. Det är synd, för då skulle han få en nationell identitet och alla sociala rättigheter.



### Kommer främlingar

En natt kommer främlingar som vill ge smörgåsar och prata. Hamid springer. Säkert poliser eller fyllon som vill slå eller tafsa. Men dom kommer tillbaka. Han är hungrig, tar emot en smörgås. De berättar att de kommer från ett barnhem. Säger att han är välkommen att äta, duscha, få rena kläder. Slutar han sniffa lim kan han få bo där, gå i skola, lära sig ett yrke. Hamid har svårt att tro på det. Men går dit för att kolla.

### Trygghet och skola

Efter en tid lyckas Hamid sluta sniffa lim. Känner att mat och

sällskap hjälper bättre mot tunga tankar. Då får han en plats på barnhemmet. Nu har han gått i skola ett par år, fått kompisar, mat och trygghet. Och juridisk hjälp, är registrerad medborgare. Ibland kommer nya pojkar på besök. Då försöker han prata med grabbarna, vet ju själv hur svårt livet på gatan är.

### Vill bli advokat

Hamids hör mycket om marockanska pojkar som flytt till Europa. Att de inte fått det liv som dom förväntade. Hamids dröm är att bli advokat. Då skulle han kunna hjälpa andra mot orättvisor och nöd i samhället. Han vet att det är mycket lång väg till den drömmen. Men känner att han kan lyckas, han har mycket bra betyg i skolan och är inte känd för att ge sig.

### Helt beroende av donationer

Du kan hjälpa dem som har det som Hamid. De finns i Marocko. HumanistHjälpen stöder barnhemmet SOS Tarouanou, nära Agadir. Tarouanou drivs ideellt, samarbetar med sociala myndigheter, men är ekonomiskt helt beroende av donationer utifrån.

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

## Våldtagna Saadia - offrad för hedern

Saadia är en mycket ung flicka. Hon bor med sin familj på landet i en ödslig bergskedja. Ett par handikapp gör att hon av hedersskäl göms undan lite. Hon får vakta familjens getter uppe i bergen. Där kommer en dag en okänd man fram till henne. Hon känner honom inte, är blyg, kan inte prata. Hon förstår inte vad som händer när han tvingar sig på henne.

Saadia tar sig hem och berättar. Familjen blir upprörd, flickan klandras, trots sin oskuld. Hon vet ingenting om sex, sådan undervisning är förbjuden i skolan, som hon ändå knappt fått gå i. Hon förbjuds att berätta för andra, det skulle drabba familjens heder hårt. Det räcker väl med att hon är handikappad, folk pratar ändå om hennes sneda ben. Hon ska helst hållas hemma.



### Heder och straff

Efter en tid märks det att Saadia är gravid. Själv har hon svårt att förstå och ingen vill prata med henne om det. Men man pratar mycket om att hon gjort något olagligt, att hon kan få fängelse. Och att familjens heder hotas. Manliga släktingar blir allt mer hotfulla mot henne.

### Jagas iväg

Slutligen jagas Saadia iväg från familj och hemby. Hon har aldrig varit ensam tidigare och vet inte hur hon ska överleva. Förstår att hon helst inte ska överleva. Men vandrar ändå mot närmsta stad. Där riskerar hon att utnyttjas, både som arbetskraft och sexuellt.

Men om sådant vet hon ännu ingenting. Har hon otur kan hon slutligen tvingas föda på en trottoar. Har hon en otrolig tur hittar hon någon av de mycket sällsynta organisationer som vill och törs hjälpa.

### Ser sig över axeln

Saadia hade en otrolig tur. Hon fick hjälp att ta sig till ett kvinnohus som drevs av en känd socialarbetare, med hjälp av donationer från folk världen över. Fick hjälp att föda, lära sig läsa

och skriva, hjälp till arbete och bostad. Det tog flera år, för Saadia var mycket ung då hon kom. Hon har aldrig återsett sin hemby eller sin familj. Och hon ser sig ständigt oroligt över axeln. Hennes största lycka och tröst är barnet och ett nytt liv.

### Unika organisationer

Det här hände och händer ännu i Marocko. Socialarbetaren är Mme Mahjouba Edbouche, som grundat två kvinnohus och förskolor i Agadir-området. Hon är nu verksam på Ahddane i Dcheira.

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

## Alicia knivskars – för pappans heder

Alicias föräldrar kommer från olika kulturer. Mamman från Sverige, pappan från ett land där hedersförtryck är vanligt. När Alicia blev tonåring väcktes pappans kontrollbehov.

Med hjälp av syskon och andra släktingar bevakades hon dygnet runt. Minsta fel eller avvikelse från pappans regler så blev hon slagen, av pappan eller av jämnåriga syskon. Pappan tyckte hon var ett hot mot familjens heder.

Hennes mamma blev mer och mer förskräckt. Hon försökte på alla sätt få mannen att sluta kontrollera och slå Alicia. Flickan fick ofta skador och blev psykiskt helt slut av pappans hedersvåld.

### Skar Felicia med kniv

Till slut stod Alicias mamma inte ut, hon tog ut skilsmässa och flyttade med dottern från mannen. Men det hjälpte inte. Han trängde sig ändå in, ville kontrollera dottern, krävde vårdnaden.

Slutligen hotade han med vapen, ingen vågade säga emot. Alicia trodde att hon skulle dö när han skar henne i halsen, hon såg sitt eget blod och svimmade.



### Trodde mer på pappan

Mor och dotter tog sig genast till ett jourhem och fick berätta. Socialtjänsten kom dit, men verkade inte tro på flickan och mamman. Sa att pappan varit trevlig vid deras samtal med honom. Beslutet verkade bli att mor och dotter skulle skickas hem. Då larmade jourhemmet GAPF för att få hjälp med bedömningen.

### GAPF styrde upp, fann bevis

Med vana från liknande fall kunde GAPF:s personal ge råd och styra upp ärendet. Under flera samtal med Alicia kom nya bevis fram. Gamla orosanmälningar, behandlade kroppsskador, skrivna lappar, SMS i Alicias och mammans telefoner. Socialtjänsten var tacksam för hjälpen. Pappan anmäldes för misshandel, mordhot och vapeninnehav.

### Skyddad boende – men inte för pappan

Beslutet blev att både Alicia och mamman fick skyddat boende. Idag har det gått en tid. Alicia säger att de har ett bättre liv. Men med skyddade identiteter.

Det innebär en ständig oro och många begränsningar i levnadssätt och umgänge. Och att ständigt se sig över axeln. Medan pappan lever helt fritt utan sådana begränsningar.

### Stödjour dygnet runt

GAPF (Glöm Aldrig Pela och Fadime) är ett av HumanistHjälpens svenska hjälpsmål. De arbetar hårt med opinionsbildning och med stödverksamhet till de som är utsatta för hedersvåld. Där finns också en Stödjour att ringa till, dygnet runt, året om.

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpsmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

## Vardagsheder kväver friheten

Vardagsheder är för många svenskar ett obekant begrepp. Men ungdomar i Sverige som växer upp i hederskulturer vet vad det handlar om. Ständig övervakade i sin vardag, hemma, i skolan, på gator och torg. Alltid ögon som ser och rapporterar. En total begränsning av vardag och framtid.

*"Jag blir eskorterad till och från skolan dagligen. Min pappa är rädd om mig och det är bara så. Jag vill åka själv och inte bli eskorterad men vad kan jag göra? Om man säger och tycker som man vill så stämplas man som hora av killarna i klassen." (\*)*

### Skydda min syster...

*Om jag ska vara ärlig så är tjejer godtrogna. Jag kan inte blunda för att nån idiot ska komma och leka med min syster förstår du? Det är min plikt att skydda min syster. (\*)*

*"Tjejer och killar kan vara kompisar men... om en tjej är med en kille... vi säger att de bara är kompisar... det spelar ingen roll. De kallar henne för hora ändå. Det är bara så. I vår skola så umgås inte tjejer och killar med varandra." (\*)*

*"Nej nej nej, att skicka en tjej till hotell med klassen. Nej det går inte. Hon ska sova hemma. Min man skulle aldrig tillåta henne gå. Min son skulle bli jättearg. Vad som helst kan hända där. Hon är en tjej och kan inte skydda sig." (\*)*

### Lever i vardagsheder

Fler än hundratusen ungdomar i Sverige lever dagligen med vardagsheder. Inte minst i skolan. Syskon, både äldre och yngre, släktingar. Det är många som granskar och fördömer och rapporterar till den drabbades familj.

Brott mot hederskoderna bestraffas, med bannor, inlåsning, stryk, skickas bort, bli bortgift mot sin vilja... I yttersta förlängningen av vardagshedern finns inga gränser för förföljelse, förnedring och våld.

Slutligen ett fruktansvärt facit på hur långt vardagens hederskrav sträcker sig.



*"När jag kom upp i tonåren ville mina föräldrar att jag skulle åka ner till Turkiet och gifta mig med någon av mina kusiner, precis som mina äldre systrar hade gjort. Jag vägrade att finna mig i detta. Jag kände mig alldeles för ung och omogen för ett sådant stort beslut. Dessutom ville jag själv få bestämma vilken man jag skulle dela mitt liv med."*

Så talade välkända Fadime Sahindal, inför Sveriges riksdag, i november 2001. Två månader senare mördades hon av sin pappa, av hedersskäl.

Varken Hora eller Kuvad (VHEK) är en ideell organisation mot rasism och hedersförtryck. VHEK arrangerar bland annat årliga Fadime-dagar, är aktiva i opinion mot hedersförtryck och har kartlagt ungdomars vardagsheder. VHEK ger också ut tidningen Förortsfeministen och driver Hederspodden.

*(\*)citaten är hämtade från VHEK:s kartläggningar "1100" och "1200" av diskriminering och förtryck i hederns namn på skolor i Stockholm och Göteborg.*

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du kan ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

## Skola blev humanistisk efter massmord

**Robina är yngst av sju syskon. När hon var tre år mördades hennes pappa. Rebeller kom ut ur djungeln över gränsen och dödade mer än hundra män i byn. För att dom inte var troende på rätt sätt, mördarnas sätt. Robina har aldrig förstått helt. Men hon vet att det var då hennes familj blev fattig.**

Utan sin man kunde inte mamma försörja familjen. Ett par av hennes äldre syskon fick sluta skolan och börja arbeta. Familjen bor i ett hus med en bit mark med odlingar. Mest kassava och grönsaker, det är mycket jobb. Alla måste hjälpa till med något. Mamma åker till en marknad och säljer.

### Församlingsskolor

Efter morderna på alla männen förändrades deras skola, har mamma berättat. Skolor drivs oftast av olika församlingar, kristna eller muslimska. För att gå där måste man tro på vad deras präster säger. Och hela familjen måste gå med i församlingarna.

### Humanistisk skola utan präster

Men efter massmorden tog några föräldrar över deras skola. De förklarade att den nu var humanistisk och sekulär. Den skulle lära ut att man inte får döda dom som inte tror som man själv gör och att alla har lika värde. Lärarna lär ut vetenskap och vikten av mänskliga rättigheter och att alla har lika värde.



### Skolan fick stöd

Ett problem med alla skolor är att man måste betala en skolavgift. Och man måste ha en skoluniform. Robina skulle skämmas utan sin uniform. Men hon vet att den kostat pengar som hennes mamma egentligen inte hade.

Efter morderna på papporna fanns många familjer som inte hade råd att ha barnen i skolan. Men sen fick skolan hjälp av en organisation som hjälper humanistiska skolor. De samlar in donationer från snälla människor i hela världen. Robinas mamma fick hjälp med

skolavgifterna och alla barnen kunde gå i skolan.

### Robinas skola berömd

Robinas skola heter Katumba och ligger i Bundibugyo, mycket avlägset i östra Uganda. Men nu har skolan blivit berömd för sina bra resultat. Där finns förskola och grundskola, med 700 elever. Man vill även gärna öppna ett gymnasium.

Organisationen som hjälper skolan heter Uganda Humanist School Trust (UHST), vilka Humanisthjälpen samarbetar med.

UHST samlar in donationer från hela världen och fördelar till ett antal godkända humanistiska skolor. Uganda är nu världsledande när det gäller andelen humanistiska skolor i ett land.

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!



## Ina är trans, riskerar dödsstraff

**Ina har alltid känt sig som en kille. Lånade sin brors kläder redan som liten. Nu lever hon helt som en man. Därför ska hon hånas, diskrimineras, misshandlas och fängslas, möjligen avrättas.**

Så klart. Det är ju helt enligt den nya lagen som kriminaliserar hennes identitet och beteende. För särskilt svåra fall räcker inte fängelse, då kan det till och med bli dödsstraff!

### Förbön för dödsstraff

I landets kyrkor gavs förbön och tack för den nya lagen. Anti-gay organisationer får stöd från amerikanska frikyrkor, som även vill ha lika hårda lagar i USA. Något stöd från inrikes hbtqi-organisationer har Ina svårt att få nu. De har förklarats olagliga och tvingats stänga ner. Många av Ina's vänner har lämnat landet och försöker skapa opinion och ge hjälp utifrån.

### Förföljs, misshandlas, mördas

Ina vill också fly sitt land. Men vet att det är farligt. Folk i grannländerna är inte heller så toleranta. Många som flyr förföljs, utnyttjats, misshandlats och till och med mördas. Så Ina måste gömma sig, bakom den kvinna hon inte är. Det fungerar bara tills någon avslöjar henne... Då måste hon fly och gömma sig bättre. Hon kan bara hoppas att hennes land någon gång blir sekulärt och inte blandar ihop lagstiftning med religiösa krav.

### SMUG hjälper

Du kan hjälpa dem som har det som Ina. De finns i Uganda. HumanistHjälpen stöder SMUG, Sexual Minorities in Uganda. De är en paraply-organisation som stöder HBTQI-sammanslutningar och individer i landet.



### Tvingades fly

Men även SMUG har tvingats fly och verkar nu utifrån landet. Man har givetvis svårt att jobba som tidigare. Men genom sitt mångåriga arbete och stora nätverk i Uganda, kommer viss hjälp ändå fram. Både till föreningar och individer.

### Skapar opinion

Och ännu skapar man opinion, om än med stora risker. SMUG har tagit strid mot regeringen. Det främsta målet är att få den nya

lagen uppriven genom en juridisk kamp, då man anser att den strider mot Ugandas författning. Reaktioner från hela världen har satt press på Ugandas regering, landet har förlorat stora internationella bidrag.

En lägre domstol har avslagit SMUG:s begäran. Man hoppas nu på utslag från högre domstolar, ända upp till landets högsta domstol eller internationella domstol i Haag. SMUG ger aldrig upp sin kamp för rättigheterna inom HBTQI-världen.

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

## Avhoppare från sekter får stöd!

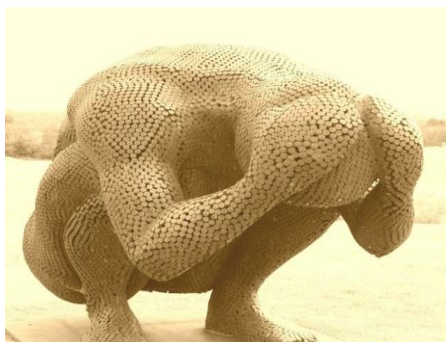
Hjälpkällan är en frivilligorganisation som grundades 2006 och stödjer avhoppare från sekter. Avhopparen kan uppleva att den "förlorar allt". Sin syn på verkligheten, kanske familj, bostad och ekonomi. Hälsan påverkas också. Vissa blir trakasserade eller förföljda. Andra behandlas av familj och vänner som om de inte finns.

Hjälpkällan har fysiska och digitala träffar där avhoppare får stöd och gemenskap. Man driver också opinionsbildning, bland annat på skolor. Det finns inga exakta listor på vilka organisationer som är sekter eller inte. Men på hemsidan finns exempel på kännetecken som kan definiera en sekt.

Här följer textavsnitt av avhoppare från olika sektmiljöer, hämtade från hemsidan:

### Scientologikyrkan

Rörelsen kännetecknas av hög intern kontroll av medlemmarna. Man har egna domstolar och ett välutvecklat angiverisystem. Avhoppare betraktas som den lägsta formen av liv på jorden och det är förenat med sanktioner om man skulle drista sig till att ha kontakt med någon av dem, även om det skulle råka vara en familjemedlem.



### New Age

Jag hade aldrig hört från någon, innan jag hamnade i rörelsen, att det kan bli sekteristiskt även inom nyandlighet, men nu önskar jag att jag fått höra att även när det handlar om guider, änglar eller att höja vibrationer på jorden – att sådant kan användas emot en och kan få en att göra saker man inte vill, eller ändra ens identitet för att passa någon annans önskningsar.

### Jehovas Vittnen

När jag och andra barn i församlingen knackade dörr så hände det att folk smällde igen dörren direkt och skrek att vi var hjärntvättade, men vi brydde oss inte så mycket. De flesta var dock vänliga men ointresserade. Vad som drev mig och de andra barnen i församlingen att fortsätta var dels den starkt befästa tron, dels rädsla för straff i form av utfrysning eller fysisk bestraffning, men till största delen den kärlek och beröm man fick när man var till lags.

### Yogacenter

Sektexperter menar att maktmissbruk och exploatering är inbyggt i själva gurusystemet. Eftersom gurun anses vara i kontakt med en högre makt går hans lära inte att ifrågasätta. Anhängarna uppmanas släppa kontrollen och överlämna sig till guruns vilja.

Antalet sekter och slutna organisationer har ökat genom åren. Inte minst de som ställer hårda krav på social och ekonomisk underkastelse. Allt fler oseriösa aktörer har upptäckt att det går att skapa privata förmögenheter på att få människor att lyda och ge upp sina sociala liv. Samt försvåra oerhört då dessa vill lämna organisationen.

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

## Månadsgåvor gör skillnad!

**Många av våra hjälp mål saknar fasta inkomster. Donationer från omvärlden kan komma in sporadiskt, ibland mer, ibland mindre, ibland inga alls. Det skapar otrygghet och hunger. Lösningen är de oerhört viktiga Månadsgivarna!**

Månadsgivare skapar tillsammans en förutsägbar ekonomisk bas. Vi kan lova hjälp mål en viss summa över en viss period. Då kan de skapa en budget, anpassa sin verksamhet, utlova långsiktig hjälp till nödlidande.

Det krävs inga stora summor per månadsgivare för att skapa sådan här trygghet. Några enkla exempel från Marocko och Uganda, vad en månadsgåva gör för skillnad:

### 50 kronor:

- Skolavgift en månad till ett skolbarn i Uganda.
- Färsk mjölk en vecka för ett skolbarn.
- Grönsaker/frukt en vecka åt nyförlöst kvinna i Marocko.

### 100 kronor:

- All mat en månad åt ett barn på kvinnohusets daghem i Marocko.
- All mat en vecka för en kvinna på kvinnohus i Marocko.
- Hygienprodukter en månad för en nybliven mamma.

### 200 kronor:

- Blöjor/hygienprodukter en hel månad för ett yngre förskolebarn.
- Läkemedel en månad för en nyförlöst kvinna.
- Skolavgift en månad för fyra skolbarn i Uganda.

### 500 kronor:

- All mat en månad åt en hedersutsatt mamma på kvinnohus i Marocko.
- Alla mediciner en hel månad för spädbarnsavdelning med 15 barn.



**TACK du som redan är Månadsgivare!**

---

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälp mål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

## Så här blir du Månadsgivare!

På vår hemsida, [humanisthjalpen.se](http://humanisthjalpen.se), beskrivs olika sätt att bli månadsgivare. Här kommer en kort sammanfattning, så att du kan komma igång genast!

<p><b>AUTOGIRO</b> startar du enklast själv direkt i din Internetbank. Välj Autogiro/Teckna nytt (skiljer sig mellan olika banker). Som Mottagare, skriv "HumanistHjälpen" och fyll i dina uppgifter. Men du kan inte fylla i månadssumman hos baken. Maila den samt ditt kontonummer till vår kassör: <a href="mailto:carina@humanisthjalpen.se">carina@humanisthjalpen.se</a></p> <p>Om du tycker det är svårt att starta Autogiro själv, besök vår hemsida där det finns en blankett att fylla i och skicka in.</p>	<p><b>ÅTERKOMMANDE ÖVERFÖRING</b> startar du själv i din Internetbank, kryssa i att överföringen ska ske varje månad.</p> <p>Om banken inte godkänner överföring till Plusgiro eller Bankgiro, ange numret till vårt bankkonto: 9960 18 090 027 91,</p> <p>Maila vår kassör: <a href="mailto:carina@humanisthjalpen.se">carina@humanisthjalpen.se</a> från vilket konto du skickar och hur mycket. Då kan vi nå dig, om något problem skulle uppstå.</p>
<p><b>PAYPAL</b> förmedlar donationer över hela världen: <a href="https://www.paypal.com/se/home">https://www.paypal.com/se/home</a></p> <p>Kryssa i rutan för månatlig donation.</p> <p>Vår betaladress i PayPal är samma som vår mailadress: <a href="mailto:kansli@humanisthjalpen.se">kansli@humanisthjalpen.se</a></p> <p>Du kan själv avsluta när du vill.</p>	<p><b>SMS</b> fungerar mycket enkelt.</p> <p>Skicka ett SMS till <b>72901</b> och skriv:</p> <p><b>MÅNADSGÅVA50</b> för 50:- i månaden <b>MÅNADSGÅVA100</b> för 100:- i månaden <b>MÅNADSGÅVA200</b> för 200:- i månaden <b>MÅNADSGÅVA500</b> för 500:- i månaden</p> <p>Du får en bekräftelse varje månad och kan avsluta när du vill.</p>
<p><b>Manuella betalningar</b></p> <p>Du kan naturligtvis också göra helt manuella inbetalningar varje månad. Till Plusgiro 90 02 79-1, Bankgiro 900-2791 eller Swish 90 02 791</p>	

## TACK du som vill bli Månadsgivare!

**Räck ut din hand**, Swisha en donation 90 02 791. Om du vill kan du ange önskat hjälpmål för riktad hjälp. HumanistHjälpen har inga löner, ersättningar eller hyror, alla arbetar ideellt. Vi vill kunna skicka varje krona vidare!

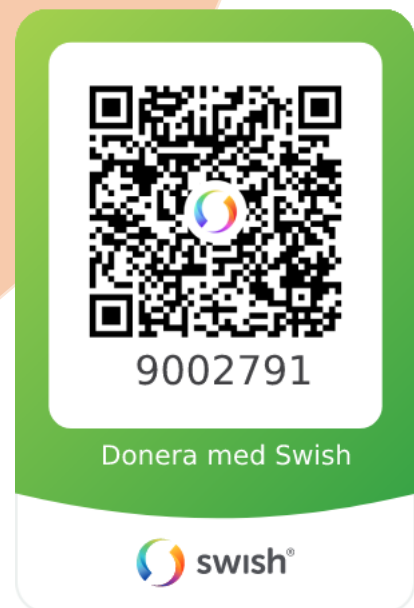
## Donera eller bli månadsgivare!

Alla sätt att donera eller bli månadsgivare hittar du på vår hemsida **humanisthjälpen.se**

Plusgiro 90 02 79-1

Bankgiro 900-2791

Swish 90 02 791



 **HumanistHjälpen**

**90** SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL