



Var med och hjälp Ukrainas flyktingar

För de barn och familjer som tvingats fly kriget och lämna hem och trygghet i Ukraina kan vi tillsammans göra skillnad genom att bidra med mat, hygienartiklar och läkemedel.

Du kan vara med och hjälpa nu när vi för tredje året i rad arrangerar utmaningen "Motionera där du är" och där alla intäkter i år går till flyktinghjälp i närliggande länder såsom Moldavien, Rumänien och Estland.

Så ta chansen att arrangera en gruppaktivitet med kontoret, avdelningen eller kompisgänget nu under våren och ha roligt tillsammans samtidigt som ni är med och gör skillnad. Läs mer om hur ni gör på nästa sida.

Alla bidrag, små som stora, är lika välkomna! Skicka gärna in en bild från er aktivitet så kan vi få visa den i kommande nyhetsbrev.

Hoppas vi ses därute!

Anne von Knorring Outters, ordförande FadderbarnsFonden



Genom Stiftelsen Brödet stödjer vi barn och familjer som flytt kriget i Ukraina med tak över huvudet, mat och aktiviteter.

"Motionera där du är" till stöd för flyktingar från Ukraina



För tredje året i rad genomför vi aktiviteten "Motionera där du är" och det här året kommer insamlingen att gå till barn och ungdomar på flykt undan invasionen av Ukraina. Utmana kollegorna eller familjen och kombinera nytta och hälsa med glädjen i att hjälpa andra.

Vi samarbetar med Stiftelsen Brödet som tillsammans med lokala samfund och kyrkor hittar husrum, mat och läkemedel till flyktingar som kommer till Rumänien och Moldavien, två länder som redan är fattiga och har svårt att försörja delar av sin egen befolkning. Vår hjälp kommer även att stödja Ukrainska barnfamiljer på flykt i Estland.

Så anta utmaningen att träna där du är; hemma i vardagsrummet, på gymmet, på balkongen, i trädgården, i skogen eller där det känns bäst. Du får själv välja både motionsform, tempo och plats.

Eller genomför en gruppaktivitet tillsammans med kollegorna och utmana varandra! Om ni dessutom skickar in en bild till fadderbarnsfonden@handelsbanken.se när du/ni genomför "loppet" så har du/ni chans att synas i vårt nyhetsbrev.

Så anmäler du dig/er

Anmälningsavgiften (valfritt belopp) är ditt bidrag till FadderbarnsFonden och pengarna går oavkortat till att hjälpa flyktingarna från kriget i Ukraina.

Genomför du ditt lopp/motion före 22 juni så får du ett diplom utskickat via mejl att glädjas över.

Du swishar ditt bidrag till FadderbarnsFonden på 123 131 09 37 och anger "Motion" + ditt userid så vi vet vem vi ska skicka diplom till. Har du inget userid i banken så går det bra att mejla oss på fadderbarnsfonden@handelsbanken.se så får du ditt diplom.

Heja, heja. Nu kör vi!



Här får ukrainska barn chansen att bearbeta oroliga tankar genom lek och fysiska aktiviteter.

Stiftelsen Brödet berättar om deras arbete:

I Rumänien har kyrkan i Voivodeni tagit emot och huserar 30 flyktingar fram tills de kan återvända till Ukraina. De lokala myndigheterna kan inte ge mat tre gånger per dag utan har bett kyrkan att tillsammans med stiftelsen Brödet hjälpa till med i första hand mat, hygienartiklar och läkemedel.

Även kyrkan och församlingsmedlemmar i Ceadir Lunga i Moldavien har tagit emot många flyktingar

och är i stort behov av stöd till mat och förnödenheter. Stiftelsens kontakt i Hapsal, Estland huserar 180 barn och deras familjer och ber om stöd till aktiviteter för barnen.