

Rukias reise ut av fattigdom



Rukia, en alenemor fra Ayajo i Uganda, levde lenge med bekymringer. Med dårlige avlinger og lite inntekt slet hun med å forsørge barna sine. **Alt endret seg da hun fikk opplæring i bærekraftig jordbruk gjennom Caritas.**

“Før visste jeg ikke hvordan jeg skulle plante riktig. Jeg kastet bort frø, og avlingene var små. Men etter kursene lærte jeg om radplanting, skadedyrkontroll og hvordan man tar vare på avlingen etter innhøsting,” forteller hun.

Med ny kunnskap, nye ferdigheter, og riktige frø økte inntektene. Hun kan nå høste 360 kilo fra én åker og tjente over to millioner shilling per sesong. Hennes eldste barn studerer sykepleie, familien har nok mat, bedre helse, og trygghet.

Caritas ga henne også utstyr for trygg lagring, og hun ønsker nå å utvide gården. **“Jeg er takknemlig. Caritas har ikke bare hjulpet meg – de har vært med på å oppdra barna mine,”** sier Rukia med stolthet.

Dishanis historie



Da Dishani flyttet fra India til Oslo, forlot hun både jobben og tryggheten hun kjente. I starten nøt hun å utforske byen, men ensomheten kom snikende. Hun savnet arbeidet sitt, mistet energi og følte seg tom. En dag fant hun Caritas da hun søkte på internett – det forandret alt.

Hun meldte seg på jobbsøkerkurs, begynte på norskopplæring, og møtte mennesker i samme situasjon. **For første gang på lenge kjente hun på håp.**

Gjennom kursene lærte hun om norsk arbeidsliv, CV-skriving, og intervjuforberedelser. Hun fikk også støtte og inspirasjon fra frivillige og deltakere. En instruktør fortalte henne at «Livet er som en tunnel – for å finne lyset, må vi fortsette å gå.» Det sitatet bærer hun med seg hver dag.

Nå jobber Dishani som frivillig i et helseprosjekt og har funnet både mening og felleskap. Hun lærer fortsatt norsk og bygger sakte, men sikkert ett nytt liv. – **Caritas har vært et lys i mørket,** sier hun og legger til; - **Jeg er stolt av hvor langt jeg er kommet og spent på det som ligger foran meg.**