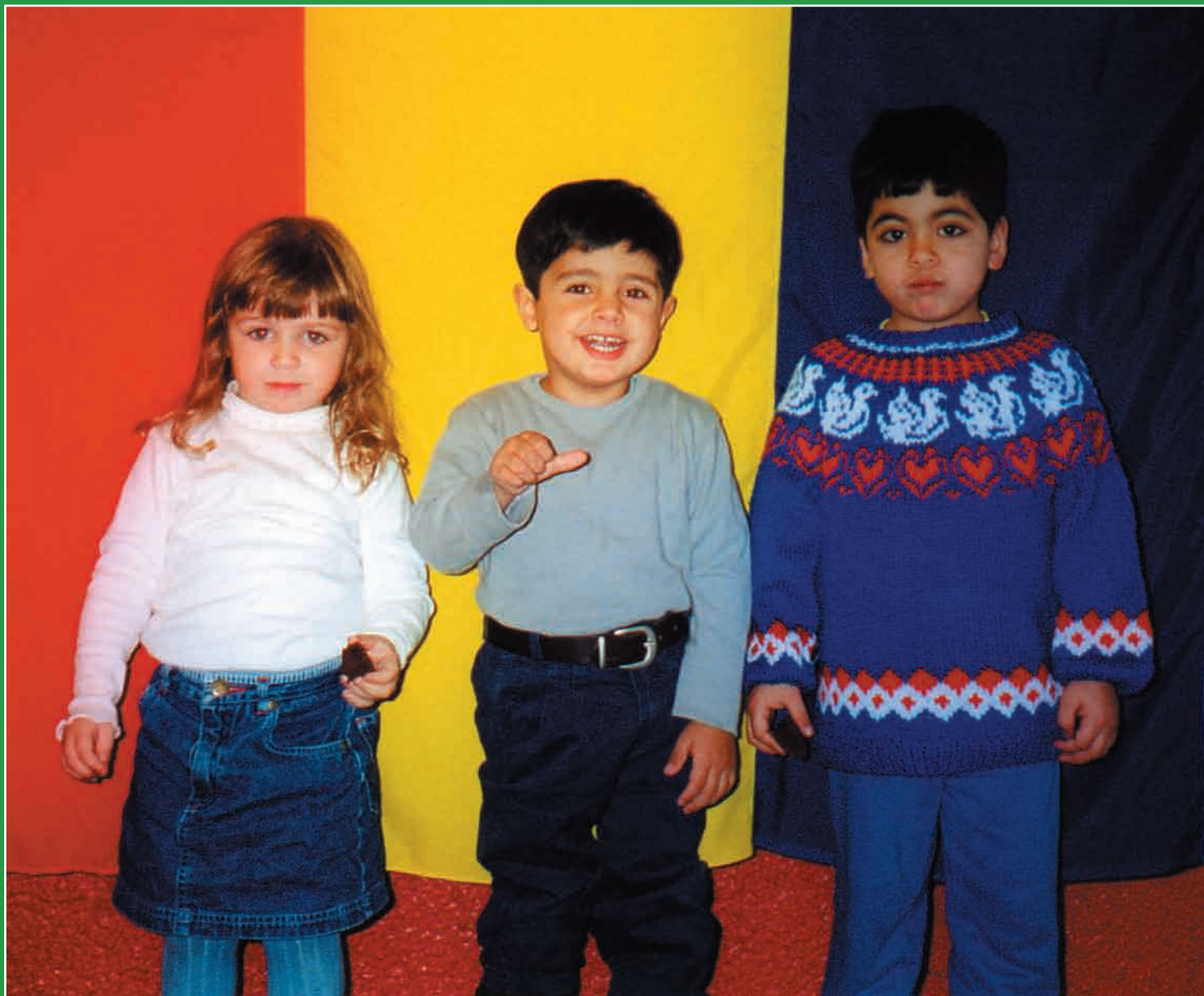


Ættleiðing

Fréttabréf Íslenskrar ættleiðingar • 1. tbl. janúar 2002



Meðal efnis í blaðinu:

Fréttir frá skrifstofu og fræðslunefnd.

Myndir af börnum sem komu til Íslands 1999 og 2000.

Greinar eftir foreldra.

Barnasíðan.

Myndir frá félagsstarfi.

Ýmsar ábendingar og heilræði.

o.m.fl.



Íslensk ættleiðing

Ármúla 36, Selmúlamegin,
108 Reykjavík,
pósthólf 8334, 128 Reykjavík
sími 588 1480
fax 588 1481
isadopt@simnet.is

Skrifstofutími

Miðviku- og fimmtudagar kl 10 - 13 og
tímamantanir eftir þörfum.

Stjórn

Lisa Yoder, formaður
Gerður Guðmundsdóttir, varaformaður
Ingvar Kristjánsson, gjaldkeri
Kristín Tómasdóttir, ritari
Ásta B. Þorbjörnsdóttir, meðstj.
Olga Stefánsdóttir, meðstj.
Guðrún Ó. Sveinsdóttir, meðstj.

Fræðslunefnd

Guðlaug Guðmundsdóttir
Ásdís Guðmundsdóttir

Fjáröflunarnefnd

Ingibjörg Eyþórsdóttir
Hrafnhildur Arnkelsdóttir
Sigurlín Baldursdóttir

Fulltrúar Norðurlandsdeildar

Elín Hallgrímsdóttir, Akureyri
Helgi Stefánsson, Akureyri
Sigurlína Jónsdóttir, Húsavík

Ritnefnd

Guðmundur Rúnar Árnason
Jón Özur Snorrason
Snjólaug Elín Sigurðardóttir
Alda Sigurðardóttir

Ábyrgðarmaður

Guðmundur Rúnar Árnason

Umbrot

alvara.is

Prentun

Prentsmiðjan Svartlist á Hellu

Forsíðumynd:

Rakel Kjartansdóttir, Einar Tudorel-
Nicu Ragnarsson og Eyjólfur Jónsson
eru öll fædd í Rúmeníu árið 1997.
Myndin er tekin á Rúmeníudegi sem
félagið stóð fyrir í fyrsta sinn í
nóvember árið 2000.

Loksins, loksins!

Guðmundur Rúnar Árnason

Loksins, loksins! Þetta voru viðbrögðin þegar Vefarinn mikli kom út á sínum tíma. Víst eiga þessi orð við um það ritverk sem hér lítur dagsins ljós, þó af öðrum ástæðum sé. Meðgangna hefur verið löng og ströng og fæðingarhríðir harðar. Annars er löng meðganga víst ekki óþekkt í okkar hópi. Þetta fyrsta tölublað eftir nokkurt hlé ber þess nokkur merki hvers kyns er. Efnið hefur safnast upp og það komst ekki allt í þetta tölublað. Það er gott, því þá er þrýstingur á ritnefndina að láta ekki líða jafn langan tíma aftur. Það gildir bæði um aðsent efni og myndirnar af nýjum Íslendingum. Ritnefndin hefur því einsett sér, að skila ekki af sér fyrr en búið er að tína upp úr pokanum það sem þar hefur safnast fyrir. Þetta gildir, nema því aðeins að ritnefndin verði sett af á næsta aðalfundi.

Skilafrestur fyrir næsta tölublað hefur verið ákveðinn 15. apríl! Já, árið 2002. Allir þeir sem luma á efni og telja að það eigi erindi í blaðið okkar, eru hvattir til að setja sig í samband við einhvern í ritnefndinni eða skrifstofuna. Við erum opin fyrir efni af mörgum toga, gamanmálum, myndum, kveðskap, ferðasögum og hugvekjum um hagsmunamál.

Talandi um hagsmunamál. Ýmislegt hefur þróast til betri vegar á síðustu misserum. Þar má nefna nýleg lög um fæðingar- og foreldraorlof. Í þeim er fólgin mikil réttarbót. Niðurstöður óformlegra og óvísindalegra rannsókna ritstjórnar sýna, að feður í okkar hópi hafa tekið vel við sér og undantekningalítið nýtt sér þann mánuð í fæðingarorlof sem lögin færðu körlum frá þar síðustu áramótum. Það verður fróðlegt að fylgjast með þróuninni á þessu ári, en frá og með síðustu áramótum eiga karlar tvo mánuði í sjálfstæðan rétt, konur þrjá mánuði og sameiginlega eiga foreldrar þrjá mánuði sem þeir ráða hvort og hvernig skipt er milli foreldra. Sömu rannsóknir sýna, að sameiginlegu mánuðirnir komi oftast í hlut mæðranna, en það er ekki einhlítt. Um næstu áramót verður um að ræða fullt jafnrétti milli feðra og mæðra í þessu tilliti, mæður eiga þrjá mánuði, feður þrjá og síðan eru þrír mánuðir til sameiginlegrar ráðstöfunar.

Fleira hefur áunnist. Ný lög um ættleiðingar fela óneitanlega í sér talsverða réttarbót og því ber að fagna að leitað var samstarfs og samvinnu við félagið um mörg atriði sem þar er að finna. Nýju lögin eru því afrakstur samráðs og samstarfs milli stjórnvalda og þeirra sem gerst þekkja til hagsmuna og aðstæðna þeirra sem hyggjast ættleiða, þ.e. stjórnar félagsins. Vissulega höfum við sum misjafnar sögur að segja af samskiptum okkar við opinbera aðila vegna undirbúnings ættleiðinga, en lagaramminn er í dag mun skýrari en áður var. Ákvæðin um ættleiðingarnefndina eru til dæmis mikil framför frá eldri lögum. Eitt er þó það mál sem brýnt er að tekið verði á nánustu framtíð. Þar er átt við það sjálfsagða og eðlilega réttlætismál að tekið sé tillit til þess kostnaðar sem foreldrar þurfa óhjákvæmilega að bera vegna ættleiðinga. Veittar eru skattaívilnanir vegna glasafrjývgunarmedferðar. Það er hins vegar ekki gert vegna ættleiðinga. Ýmsir hafa farið fram á slíkt á skattframtalinu, en því verið hafnað. Úrskurður skattstjóra hefur verið kærður til umboðsmanns Alþingis. Eðlilega tók umboðsmaður ekki efnislega afstöðu til þess hvort ívilnun af þessu tagi eigi rétt á sér eða ekki. Hann komst að þeirri niðurstöðu að ekki sé fyrir því lagaheimild. Sá sem hér skrifar hefur engar forsendur til að draga réttmæti þeirrar niðurstöðu í efa. Hann hefur hins vegar allar forsendur til að halda því fram að lög sem mismuna fólki eftir efnahag hvað varðar möguleika til að eignast börn, séu óréttlát og að þeim beri að breyta. Eins og staðan er í dag, er það ekki á færi láglaunafólks að standa straum af þeim kostnaði sem fylgir því að ættleiða barn frá útlöndum. Hér með er skorað á Alþingismenn að sjá til þess að ættleiðing barna verði ekki einvörðungu á færi þeirra sem betur eru settir í þjóðfélaginu. Sjálfsögð leiðrétting af því tagi verður ekki til þess að sökkva þjóðarskútunni.

(Þær skoðanir sem koma fram í þessari forystugrein eru höfundar og túlka ekki nauðsynlega sjónarmið stjórnar félagsins).

Fréttir frá skrifstofu

Guðrún Ó. Sveinsdóttir

Síðasta starfsár var mjög spennandi. Í kjölfar nýju ættleiðingarlaganna var félagið löggilt til starfa í Indlandi, Tælandi, Kólobíu og Kína og tímabundið í Rúmeníu. Lögin eru númer 130 frá 1999, þau er hægt að skoða á heimasíðu dómsmálaráðuneytis.

Samstarf við kínversk stjórnvöld er nú formlega komið á. Fyrstu umsóknir voru sendar þangað í nóvember og eru fyrstu börnin væntanleg um mitt þetta ár. Formaður félagsins, Lís Yoder, og undirrituð fóru til Beijing um miðjan september og hittu fulltrúa ættleiðingaryfirvalda sem tóku okkur mjög vinsamlega. Auk funda nýttum við tímann vel til undirbúnings fyrir ferðir væntanlegra kjörforeldra. Kína er nú vinsælasta ættleiðingarland heims og má búast við að margir íslenskir umsækjendur sendi þangað umsóknir. Bæði er skipulag ættleiðinga framúrskarandi gott og landið auðveldara heim að sækja en t.d. Indland. Kína er orðið nútímalegt þjóðfélag en þar eru einnig merkar fornminjar og margt framandi að sjá. Það er mikil upplifun að koma á Kínamúrinn, í Forboðnu borgina og á Torg hins himneska friðar, svo fátt eitt sé nefnt. Væntanlegir Kínafarar geta hlakkað til.

Heldur færri börn en við vonuðumst eftir komu frá Kolkata (nýtt nafn á Kalkútta) á síðasta ári. Ættleiðingum innan Indlands hefur fjölgað og að sama skapi fækkað börnum sem finna þarf erlenda foreldra fyrir. Innlendir umsækjendur hafa alltaf forgang. Væntanlegar eru breytingar á kerfinu þannig að hver ættleiðing tekur lengri tíma og börnin verða því heldur eldri þegar þau koma heim til nýrra foreldra.

Fyrsta umsókn til Kólobíu er nú í höndum þarlendrar yfirvalda, og fleiri eru í undirbúningi. Við erum mjög

heppin að hafa góðan lögfræðing úti í Kólobíu sem aðstoðar ÍÆ og vonumst við til að fá nokkur börn þaðan árlega, en Kólobíumenn leggja mikla áherslu á að fá sem yngsta umsækjendur.

Eitt barn kom frá Rúmeníu á síðasta ári en fleiri eru ekki væntanleg á næstunni. Yfirvöld þar hafa stöðvað allar ættleiðingar úr landi a.m.k. fram til október. ÍÆ mun halda sambandi við lögfræðinginn þar og sækja um starfsleyfi um leið og úr rætist.

Mikil aðsókn hefur verið að biðlista ÍÆ að undanfögnu. Eru nú um 55 á biðlista eftir ættleiðingu. Áhugi á ættleiðingum hefur aukist og fyrirspurnum fjölgað.

Hátt gengi dollarans hækkaði ættleiðingarkostnað umtalsvert á síðasta ári, því miður.

Í Svíþjóð hefur ófrjósemi verið opinberlega skilgreind sem sjúkdómur síðan 1994 og hafa ættleiðendur þar verið styrktir, einnig í Noregi og Danmörku. Hérlandis hafa foreldrar ekki einu sinni fengið hluta kostnaðar dreginn frá skatti, né nokkra aðra aðstoð. Íslensk stjórnvöld sýna lítinn skilning á sorg þeirra sem berjast við ófrjósemi.

Bestu þakkir til ykkar allra sem sent hafa góðar kveðjur, jólakort og myndir af börnunum til skrifstofunnar. Við óskum ykkur öllum farsældar á nýju ári.

Vinsamlega athugið breyttan skrifstofutíma, því nú er opið á miðvikudögum og fimmtudögum kl. 10 - 13 og einnig er hægt að panta tíma aðra daga.

Einnig má senda fyrirspurnir í tölvupósti á isadopt@simnet.is



Nokkrar mikilvægar tilkynningar

Aðalfundurinn

Boðað er til aðalfundar Íslenskrar ættleiðingar fimmtudaginn 21. mars kl. 20.00 í húsnæði félagsins að Ármúla 36, Selmúlamegin.

Fundarefni: Skýrsla formanns, ákvörðun félagsgjalda, kosning stjórnar, önnur mál.

Félagsmenn eru hvattir til að mæta.

Rúmeníudagur

Stefnt er að því að halda aftur Rúmeníudag laugardaginn 13. apríl 2002, kl. 15.00. Komið verður saman í húsakynnum félagsins að Ármúla 36 (gengið inn Selmúlamegin). Óskað er eftir því að hver fjölskylda komi með meðlæti sem má vera hvað sem er.

Sumarútilegan

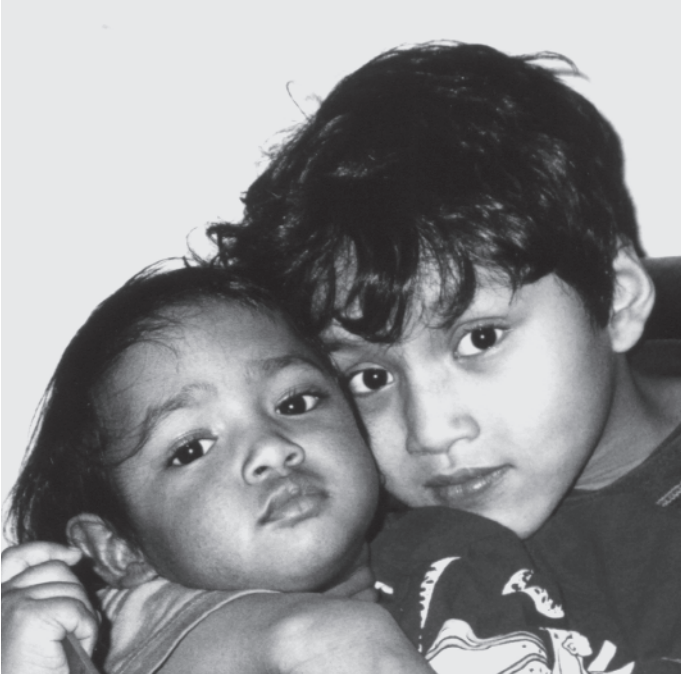
Útilegan í sumar verður á Bakkaflöt í Skagafirði 19. - 21. júlí. Vonumst við eftir að hitta sem flesta félagsmenn þar. Innigisting er í boði en nánari upplýsingar verða sendar þegar nær dregur.

Árgjaldið

Gíróseðill vegna árgjalds 2001 fylgir þessu fréttabréfi en tafir urðu á útsendingu hans vegna galla í tölvuforriti. Félagsmenn eru beðnir um að greiða árgjaldið hið allra fyrsta.

Ættleiðing - leið til þroska

Birgitta H. Halldórsdóttir



Guðbjörg Pálína og Halldór Ingi Sigurðarbörn

Fyrir nokkru síðan kom ég í heimsókn til vinkonu minnar með litlu ættleiddu dóttur mína með mér. Þar var statt vinafólk hennar sem ég hafði ekki hitt áður. Þau heilluðust eðlilega af prinsessunni minni en fluttu um leið þau tíðindi að ekki hefði nú allt gengið að óskum hjá þeim börnum sem ættleidd voru til landsins árið 2000, veikindi hefðu hrjáð mörg þeirra og pappírar sumra ekki í lagi. Nú væri víst búið að loka á ættleiðingar frá Indlandi og ástandið ekki nægilega gott. Mér snarbrá auðvitað, því ekki vissi ég annað en að allt væri í góðu gengi. Ég taldi mig vera í góðu sambandi við félagið okkar, trúði þessu reyndar ekki og maldaði því eitthvað í móinn. Öll neikvæð umræða um þessi mál er slæm fyrir okkur sem heild.

Ég er ekki að halda því fram að ég viti allt um ættleiðingar, en nokkuð tel ég mig þó vita. Ég er sjálf ættleidd og á tvö börn sem við hjónin ættleiddum, dreng fæddan í Tælandi árið 1992 og stúlku fædda á Indlandi árið 2000. Í mínum huga er ættleiðing dásamleg leið til þroska og ég fullyrði að ekkert er eins gefandi og að eignast börnin sín, ekki síður þó þau séu ættleidd.

Strax daginn eftir aflaði ég mér upplýsinga um hið sanna. Sem betur fer átti þessi frétt ekki við rök að styðjast. Samt gat ég ekki annað en velt því fyrir mér hvers vegna svona sögur færu af stað. Við megum alls ekki fá neikvæða umræðu um félagið okkar eða börnin okkar. Lífshamingja okkar getur

verið í húfi og við vitum að oft er fólk að fullyrða um eitthvað sem það ekki þekkir og dæmir þá gjarnan án þess að kynna sér málin. Því er mikilvægt fyrir okkur sem eigum ættleidd börn að huga vel að því hvað við segjum öðru fólki. Það virðist vera útbreidd skoðun að þegar foreldrar ættleiði barn eigi þeir að fá fullkomlega heilbrigða einstaklinga. Ég skil ekki alveg þessa hugsun. Ef við fæðum börnin er enginn sem getur fullkomlega ábyrgst að þau verði að öllu leyti heilbrigð. Þannig er það auðvitað með „okkar“ börn líka. Þótt eitthvað kunni að vera að, þá er ekki þar með sagt að okkur foreldrunum finnist það svo mikið mál. Það að fá börnin okkar í fangið og heim skiptir okkur mestu máli. Ef eitthvað bjátar á þá tökum við á því og sem betur fer eigum við marga mjög færa lækna og kost á góðri aðstoð.

Í framhaldi af þessari frétt sem hafði svona djúpstæð áhrif á mig fór ég að velta því fyrir mér hvernig fólk hugsaði um mig og börn okkar hjóna. Litla dóttir okkar sem við eignuðumst árið 2000 var fyrirburi með hjartagalla, mjög smávaxin í fæðingu og vannærð. Þegar hún fór í læknisskoðun hér heima tíndist ýmislegt til, þar á meðal salmonellusýking. Ég fann á fólki að salmonella var eitthvað sem það óttaðist, hélt að hún væri bráðsmitandi en eftir því sem Gestur Pálsson barnalæknir fræddi mig um yrði ég að vera óttalegur sóði ef ég ætti að smitast. Þetta er eitt af því sem fólk veit ekki. Það er þekkingarleysið sem skapar ótta, óöryggi og jafnvel neikvæða umræðu. Kannski höfum við hjónin tjáð okkur of berlega um það sem var að, ég veit það ekki, en staðreyndin var sú að við vorum svo glöð yfir því að dóttir okkar var og er fullkomlega heilbrigð. Það var ekkert að sem ekki hefur lagast. Meira að segja er gatið á hjartanu hennar farið að gróa. Í rauninni má segja að það hafi aldrei verið neitt að, ekki umfram það sem eðlilegt telst meðal fyrirbura við hennar aðstæður. Okkur finnst við vera mjög heppin og gæfurík fjölskylda. Kannski hefur einhverjum fundist við vera óheppin að litla stúlkan okkar þyrfti að ganga í gegnum lasleika í byrjun, en okkur finnst það ekki. Hún er dásamlegt lítið ljós, fullkomlega sú dóttir sem við þráðum að eignast.

Í dag er þessi litla elska orðin stór stelpa og er meira að segja að ná íslensku meðaltali í hæð. Tíminn sem við höfum átt saman hefur verið dásamlegur og það hve hún var lítil og viðkvæm er við fengum hana gaf mér stórkostlegt tækifæri. Ég gat einbeitt mér eingöngu að því að hugsa um börnin mín. Hún þurfti á því að halda og bróðir hennar naut góðs af. Við búum í sveit þannig að það



var mjög auðvelt fyrir mig að kúpla mér út úr allir vinnu. Við mæðgur erum farnar að fara í fjós núna og litla skottan okkar þolir allt eins og hennar aldur segir til um. Hún er mjög dugleg og þroskast á allan hátt eðlilega.

Því langar mig til að segja við ykkur sem eruð að fá börnin ykkar: Ekki vera hrædd þótt eitthvað sé að. Kraftaverkin gerast á hverjum degi, stór og smá. Mörg af börnunum okkar fæðast fyrir tímann og því þurfa þau tíma til að vinna sig upp, alveg eins og blessuð litlu börnin á Íslandi sem fæðast fyrir tímann. Það er yndislegt að eignast börnin sín, ég trúi því að við eignumst okkar börn hvernig sem þau koma til okkar. Það er ekki tilviljun. Þau fæðast kannski annars staðar til að ná sér í ákveðið útlit og eiginleika en þau eru okkar, svo mikið er víst. Ef ég ætti þess kost að ganga þennan veg aftur á sama hátt mundi ég gera það með glöðu geði. Þessi leið hefur gefið okkur hjónunum þroska en þó fyrst og fremst ómælda hamingju. Allt í sambandi við félagið okkar og ættleiðinguna hefur verið mjög jákvætt og yndislegt og því vona ég svo sannarlega að engin neikvæð umræða skapist. Við verðum að reyna að upplýsa þá sem ekki standa sjálfir í þessum málum á jákvæðan hátt. Það getur enginn sett sig í spor okkar, við verðum að upplifa atvik og aðstæður sjálf. Svo er um alla reynslu.

Foreldrar barna frá Rúmeníu eru minntir á skýrsluskyldu eftir 2, 6, 12, 18 og 24 mánuði frá því barnið kom heim til Íslands. Allir foreldrar hafa skrifað undir skuldbindingu þessa og sent til Rúmeníu. Sumir hafa sleppt úr einhverjum skýrslum og verða þeir að ljúka skýrslunum strax þótt langt sé síðan barnið kom.

Nýja rúmenska ættleiðingarnefndin er mjög ströng og lendir frú Coman í vandræðum og ÍÆ einnig ef ekki er staðið við skuldbindingar.

Foreldrar barna frá Indlandi hafa skuldbundið sig til að skila skýrslum á 3ja mánaða fresti í 2 ár frá því barnið kom heim, og síðan á 6 mánaða fresti í 3 ár til viðbótar, 14 skýrslur alls. CARA hefur nú hert eftirlit með skýrslum og má búast við vandamálum ef íslenskir foreldrar standa sig ekki.

Allar skýrslur eiga að vera á ensku, helst prentaðar og þeim fylgi 3 myndir af barninu. Á þeim þarf einnig að koma fram númer ættleiðingarmálsins fyrir erlendum dómstól ásamt dagsetningu úrskurðar.

Loks biðjum við alla foreldra sem hafa ekki skilað inn ljósriti af ættleiðingarleyfi að senda það til skrifstofunnar nú þegar. Bréfið hefst á orðunum: Dómsmálaráðherra gjörir kunnugt.

Nokkur heilræði um skýrslugerð

Það getur oft valdið hausverk að setjast niður við þessa skýrslugerð því hvað hefur nú gerst síðan síðast?

Mjög gott er að hafa dagbók við hendina allan ársins hring og skrifa punkta jafnóðum um smátt og stórt sem gerist í lífi barnsins.

Allt sem snertir þroska og heilsufar og allar litlar breytingar sem þið takið eftir. Hér kemur tilviljanakennd upptalning um atriði sem gott er að skrá: tanntaka, hreyfingar, veikindi, sprautur, svefnvenjur, máltaka, mataræði, að matast, hreinlætisvenjur, leikskóli, afmæli, vinir, snuð/sog á fingri, ferðalög, tiktúrur, læknisskoðanir, samskipti, skemmtilegar uppákomur og tilsvör, uppáhaldsmatur, teikningar, baðvenjur, leikir, litir, tölur sem koma fram í barnaskoðun og geta barns á þroskaþrófi og svo mætti áfram lengi telja.

Ef stikkorð eru skrifuð niður er mun auðveldara að rifja upp og ekkert mál að skýra það nánar. Maður verður alltaf jafn hissa hvað margt hefur gerst og skýrslurnar verða fróðleg og skemmtileg þroskasaga þegar tíminn líður, hvernig sem gengur.

Gangi ykkur vel!

Nýir Íslendingar

Í blaðinu eru að þessu sinni birtar myndir af börnum sem komu til Íslands á árunum 1999 og 2000.
(Myndir vantar af sex börnum en þær verða í næsta blaði.)



Mikael Már Unnarsson

f. 28.9.'97 í Rúmeníu. Kom 31.10.'99
Unnar Már Pétursson og Fríða B. Gylfadóttir,
Sígulfirði.



Sigþór Jóhannsson

f. 5.6.'98 í Rúmeníu. Kom 23.4.'99
Jóhann Sigþórsson og Selma B. Jónsdóttir,
Selfossi.



María Cristina Kristmanns

f. 17.5.'97 í Rúmeníu. Kom 13.3.'99
Guðlaugur Kristmanns og Eva Kristmanns,
Reykjavík.



Ágústa Mithila Guðmundsdóttir

f. 19.11.'98 á Indlandi. Kom 7.4.'99
Guðmundur R. Árnason og Ingibjörg
Jónsdóttir, Hafnarfirði.



Daníel Óskarsson

f. 20.1.'99 á Indlandi. Kom 11.7.'99
Óskar Þorbergsson og Gerður Guðmundsdóttir,
Kópavogi.



Harpa Birgisdóttir

f. 23.12.'98 á Indlandi. Kom 26.5.'99
Birgir Össurason og Birna Björnsdóttir,
Akureyri.



Laufey Stefánsdóttir

f. 11.2.'99 á Indlandi. kom 8.8.'99
Stefán Hallgrímsson og Sigríður
Gunnarsdóttir, Dalvík.



Steinunn Anna Másdóttir

f. 10.7.'98 á Indlandi. Kom 15.3.'99
Már Arnarson og Ásta B. Þorbjörnsdóttir,
Reykjavík.



Þórdís Lilja Þórðardóttir

f. 13.10.'98 á Indlandi. kom 7.4.'99
Þórður Stefánsson og Ólína
Kristinsdóttir, Ólafsvík.



Unnur Balaka Guðmundsdóttir

f. 3.1.'99 á Indlandi. Kom 11.7.'99
Guðmundur K. Birgisson og Kristín
Tómasdóttir, Reykjavík.



Þórður Florin Guðmundsson

f. 5.2.'99 í Rúmeníu. Kom 19.12.'99
Guðmundur Þórðarson og Huguína
Ragnarsdóttir, Hellissandi.



Aron Ingi Halldórsson

f. 12.9.'00 á Indlandi. Kom 17.12.'00
Halldór Halldórsson og Guðrún
Eiríksdóttir, Keflavík.



Einar Tudorel-Niku Ragnarsson

f. 31.1.'97 í Rúmeníu. Kom 21.5.'00
Ragnar Hrafnsson og Snjólaug Elín
Sigurðardóttir, Reykjavík.



Guðbjörg Pálína Sigurðardóttir

f. 1.1.'00 á Indlandi. Kom 25.6.'00
Sigurður Ingi Guðmundsson og Birgitta H.
Halldórsdóttir, Syðri-Löngumýri, Skagaf.



Gunnlaugur Hans Stephensen

f. 13.9.'99 á Indlandi. Kom 12.3.'00
Stefán Stephensen og Guðrún K.
Aðalsteinsdóttir, Garðabæ.

100 börn

Í tilefni af því að 100. barnið kom til Íslands frá Kolkata á Indlandi eru á þessari síðu birtar myndir teknar bæði á Indlandi og á Íslandi. Hér má sjá ljósmyndir frá barnaheimilinu Matri Sneha þar sem flestöll þessi börn hafa dvalið við góða umönnun. Margir verðandi foreldrar hafa ferðast til Indlands að sækja börnin sín með vænan skammt af þolinmæði í veganesti. Indverjar eru ekki síður vel þjálfaðir í því að biða en hinir eftirvæntingarfullu foreldrar eins og meðfylgjandi götumyndir bera með sér.



Í júní árið 2000 var tekið á móti 100. barninu frá Kolkata á Indlandi. Frá vinstri: Ásgeir og Gunnlaug Erna með Tönju Ýr, Birgitta með Guðbjörgu Pálinu, Sigurður Ingi og fremst er Halldór Ingi.



Þessar tvær myndir eru teknar á barnaheimilinu Matri Sneha í Kolkata á Indlandi í desember árið 2000



Á rauði ljósi.



Beðið eftir viðskiptavini.



Sudder street í Kolkata.



Margir óformlegir hópar í félaginu hittast af ýmsu tilefni. Ágúst Úlfar, Tómas Bipleb, Haukur Hákon, Jónína Þorbjörg, Lára Debaruna og Sólrún Liza öll fædd í Kolkata árið 2000.



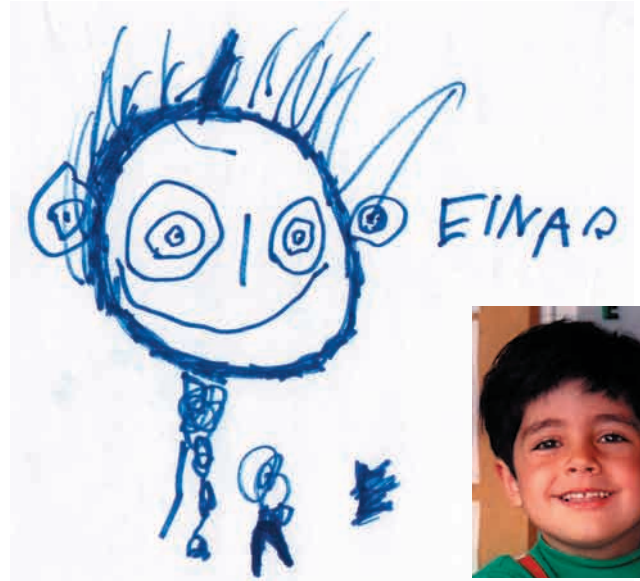
Laufey og Harpa saman í ungarnasundi á Akureyri. Þær komu heim sumarið 1999.



Hópur barna frá Kolkata hittist á Selfossi vorið 2000. Þau heita talið frá vinstri: Daniel Ratan, Ágústa Mithila, Nökkvi Alexander Rounak, Þórdís Lilja, Steinunn Anna, Beta Dagný, Björgvin Gústav og Birta Rut. Þau komu öll til Íslands á árunum 1998 og 1999.



Karitas Sumati Árnadóttir er 7 ára og hún málaði þessa litríku mynd af sér og litlu systur sinni sem heitir Lára. Ljósmyndin er tekin um jólin árið 2000.



Einar Tudorel-Niku Ragnarsson er fimm ára og hann teiknaði svona fína mynd af sér fyrir blaðið.



Pula

Einu sinni var karl og kerling í koti.
Þau áttu sér kálf. Þá er sagan

Pula

Pumalfingur datt í sjóinn.
Vísifingur dró hann upp.
Langatöng bar hann heim.
Baugfingur horfði á.
Litli putti, anginn sá, sagði

Á dönskum vef um ættleiðingar rákumst við á nokkrar skemmtilegar sögur.

Börnin koma með flugvélum

Dag einn í leikskólanum kom strákur til Óla og sagði: „Mamma mín er með barn í maganum!“ Þá svaraði Óli stoltur: „Mamma mín sækir börn með flugvél!“

Á harða spretti heim til mömmu

Lovísa var nýbyrjuð í skóla. Einn af skólafélögnum sagði við hana: „Ég veit alveg að þú varst ekki í maganum á mömmu þinni!“ Og Lovísa svaraði: „Nei, en eftir að ég fæddist flýtti ég mér eins og ég gat heim til hennar!“

Fleiri sögur eru á bls 15 hér í blaðinu og ef þú skilur dönsku geturðu séð enn fleiri á: <http://www.danadopt.dk>

Fljúga fiðrildi...



Það getur verið gaman að búa til fiðrildi með því að klippa út fallegan pappír og líma á blað.

Lýst er eftir moldvörpum!



Það eru þrjár moldvörpur í blaðinu og þær áttu allar að vera hér. Getur þú fundið hinar sem eru týndar?



KRAKKAR - KRAKKAR

Sendið okkur sögur, vísur, gátur, þrautir, brandara, teikningar, uppskriftir og annað sem ykkur dettur í hug. Á síðunni er líka hægt að auglýsa eftir pennavinum. Þegar þið sendið okkur efni í blaðið þarf að fylgja með mynd af ykkur og fullt nafn og heimilisfang. Heimilisfang blaðisins er: Barnasíðan, Íslensk ættleiðing, Ármúla 36, 108 Reykjavík. Og við erum líka með tölvupóst isadopt@simnet.is



Helena Jaya Gunnarsdóttir

f. 1.10.'99 á Indlandi. Kom 12.3.'00
Gunnar Sigurðsson og Gerður Harpa
Kjartansdóttir, Reykjavík.



Róbert Guðnason

f. 30.5.'98 í Rúmeníu. Kom 28.5.'00
Guðni Þórólfsson og Aðalheiður
Pétursdóttir, Akureyri.



Ingibjörg Einarsdóttir

f. 14.6.'00 á Indlandi. Kom 25.10.'00
S. Einar Ámundason og Sigríður J.
Sigurðardóttir, Ólafsfirði.



Hanna Björk Sigfúsdóttir

f. 5.7.'00 á Indlandi. Kom 17.12.'00
Sigfús Ingason og Laufey Gísladóttir,
Keflavík. Stóra systir heitir Birta Rut.



Tinna Ósk Rúnarsdóttir

f. 18.3.'00 á Indlandi. kom 6.8.'00
Rúnar Friðriksson og Inga Björk Harðardóttir,
Akureyri. Stóri bróðir heitir Þór Adam.



Jónína Þorbjörg Saswati Gísladóttir

f. 16.1.'00 á Indlandi. Kom 18.6.'00
Gísli Sigurðsson og Guðrún
Hólmgeirsdóttir, Reykjavík.



Kristófer Karl Róbertsson

f. 21.8.'00 á Indlandi. Kom 17.12.'00
Róbert H. Gíslason og Sigrún
Sigurðardóttir, Grindavík.



Lára Karítas Jóhannesdóttir

f. 10.7.'00 á Indlandi. Kom 17.12.'00
Jóhannes Harðarson og Steinunn
Baldursdóttir, Reykjavík.



María Kanak Valgarðsdóttir

f. 25.9.'99 á Indlandi. Kom 12.3.'00
Valgarður Sverrisson og Jónína
Gunnlaugsdóttir, Reykjavík.



María Skúladóttir

f. 3.5.'00 á Indlandi. Kom 25.10.'00
Skúli Arnfinnsson og Sólrún
Ingimundardóttir, Kópavogi.



Ólína Halla Þrastardóttir

f. 10.6.'00 á Indlandi. Kom 29.10.'00
Þröstur Þorsteinsson og Jóna M.
Valgeirsdóttir, Suðureyri.



Haukur Hákon Loftsson

f. 8.6.'00 á Indlandi. Kom 29.10.'00
Loftur Atli Eiríksson og Sigrún
Hauksdóttir, Reykjavík.



Salome Sirapat Friðriksdóttir

f. 30.10.'99 í Tælandi. Kom í apríl 2000.
Friðrik Jónsson og Kesara Anamthawat
Jónsson, Reykjavík.



Tanja Ýr Ásgeirsdóttir

f. 11.1.'00 á Indlandi. Kom 25.6.'00
Ásgeir Jónsson og Gunnlaug Erna
Guðjónsdóttir, Sandgerði.



Telma Rós Karlsdóttir

f. 5.10.'99 á Indlandi. Kom 12.3.'00
Karl Ásbjörn Hjartarson og Elísabet
Valdimarsdóttir, Kópavogi.



Helena Halldórsdóttir

f. 21.8.'00 á Indlandi. Kom 17.12.'00
Halldór Helgason og Bryndís Hannesdóttir,
Reykjavík.

Fræðslunefndin

Ásdís Guðmundsdóttir og Guðlaug Guðmundsdóttir

Fræðslufulltrúar ÍÆ hafa á undanförunum árum staðið fyrir all mörgum fræðslufundum. Núverandi fræðslufulltrúar ÍÆ hófu störf á árinu 1996, en segja má að skipuleg fræðslustarfsemi hafi byrjað á árinu 1998.

Frá árinu 1998 hafa verið haldnir samtals 16 fræðslu- og undirbúningsnámskeið fyrir fólk á biðlista ÍÆ og telst okkur svo til að að u.þ.b. 150 manns hafi sótt þá fundi. Þessir fræðslufundir hafa verið haldnir á laugardögum og þátttaka frá upphafi verið mjög almenn og góð. Fólk hefur verið mjög jákvætt og fagnað því tækifæri að bera saman reynslu sína og annarra í sömu aðstöðu. Stefnan hefur verið sú að hafa ekki fleiri en 8 - 12 manns á hverjum fundi, svo fólk nái betur saman. Á sama tímabili hafa verið 4 almennir fræðslufundir, ætlaðir félögum ÍÆ og öðrum velunnurum barnanna okkar.

Á árinu 2001 höfum við haldið þrjá fræðslufundi fyrir fólk á biðlista og til stendur að halda einn

til viðbótar, í nóvember. Þá höfum við haldið tvo almenna fræðslufundi.

Í apríl var Margrét Sigmarsdóttir sálfræðingur og kennari með fyrirlestur um sjálfstraust og sjálfstilfinningu barna. Margrét starfar sem sálfræðingur á Skólaskrifstofu Hafnarfjarðar, þar sem hún sinnir sálfræðipjónustu fyrir leikskóla.

Í október komu til okkar þær Guðrún Pétursdóttir félagsfræðingur og Katrín Thuy Ngo kennari og ræddu um fordóma. Ræddu þær eðli fordóma og dulinn rasisma, sem ótrúlega víða er að finna í íslensku samfélagi. Ágætlega var mætt á þessa fundi, þó vissulega hefðum við viljað sjá fleiri foreldra eldri barnanna á fundinum í október, því eldri börnin eru sennilega þau sem helst verða fyrir fordómum.

Rannsókn á ofnæmi

Fyrirhugað er að gera rannsókn á tíðni astma og ofnæmis hjá íslenskum börnum sem fædd eru í Kolkata og jafnöldrum þeirra sem fæddir eru á Íslandi. Rannsókn þessi verður gerð af Hrefnu Grímsdóttur, læknanema, undir handleiðslu og í samvinnu við m.a. Gest Pálsson barnalækni sem allir kjörforeldrar þekkja og hefur unnið ómetanlegt starf í þágu barnanna okkar í 20 ár, og Unni Steinu Björnsdóttur, sérfræðingi í ofnæmis- og ónæmissjúkdómum. Hringt verður í foreldra barna sem ættleidd eru frá Indlandi, hafa verið á Íslandi lengur en eitt ár og sem komu heim fyrir tveggja ára aldur. Síðan fær fólk bréf með þáttökubeiðni og nánari upplýsingum.

Við hvetjum alla foreldra til að taka þátt í þessari fyrstu rannsókn á ættleiddum börnum á Íslandi.



Ábyrg þjónusta í áratugi

Eignamiðlunin

Síðumúla 21 • sími 588-9090 • <http://www.eignamidlun.is>

Matarhornið

Jón Özur Snorrason

Ekki ætla ég að halda því fram að ég viti mikið um indverska matargerð. Eitthvað hef ég þó lesið en fyrst og fremst elda ég af áhuga heima í eldhúsi.

Grundvallaratriðið er kryddið og svo kemur hugmyndaflugið og góða skapið. Hefðirnar eru fyrir hendi og margbreytileikinn ótrúlegur. Ilmurinn ber okkur hálfa leið og bragðið enn lengra!

Við eldamennskuna er best að nota svokallaðar Wok pönnur, með kúptum botni á gashellu en með flötum botni á rafmagnshellu.

Það sem hefur reynst mér vel er að eiga alltaf nóg af kryddi. Ekki vera smeyk við það: kóriander, kúmin, garam masala, túrmerik, chilí og karrí svo nokkuð sé nefnt. Engifer nota ég alltaf ferskan. Kókosmjólk eða kókosmassi er ómissandi í suma rétti og einnig hrein jógúrt og niðursoðnir tómatar eða tomatmauk.

Hér til hliðar getur að líta tvær uppskriftir. Önnur er að mestu leyti búin til í eldhúsinu heima þar sem krydd er notað með grænmeti og hakki. Hin er fengin frá indverskum ferðalangi sem ég skaut skjólshúsi yfir eina nótt með því skilyrði að við elduðum saman. Var það mikið ævintýri.

Matarhornið er í umsjón ritnefndar. Uppskriftir og frásagnir félagsmanna af matargerð eru vel þegnar og sendast á netfangið jozur@fsu.is.



Rétturinn eins og hann leit út þegar hann var prófaður á ritnefndarfundi. Vegna málgleðinnar sem þar ríkti gleymdist að setja kartöflurnar úti. Á myndina vantar einnig fagra litina, gula, rauða og græna.

Ilmandi grænmeti og hakk

Hitið olíu á djúpri pönnu. Setjið í olíuna kúfaðar teskeiðar af kúmin, kóriander, túrmerik og garam masala. Látið það krauma í olíunni en passið að það brenni ekki. Blandið smáttskornu grænmeti saman við í smáskömmum: hvítlauk (2-3 lauf), tveimur laukum (annar má vera rauðlaukur), engifer (2 sm bita), tíu meðalstórum kartöflum með hýðinu (skornar í fernt). Hrærið með tréslEIF og látið malla í smástund. Nú eruð þið farin að fá lykt í húsið. Ýtið grænmetinu til hliðar og bætið hakkinu saman við. Látið það brúnast vel í kryddaðri olíunni. Setjið þurrkað chilí á pönnuna eftir smekk og látið malla í smástund. Bætið við í hæfilegum skömmum grænmeti úr ísskápnum, t.d. blómkáli, spergilkáli, hvítkáli og gulrótum. Hrærið í og bætið við kryddi eftir þörfum, salti og krafti. Látið malla undir loki. Smakkið og bætið sykri út í ef þið viljið. Berið fram með indverskum hrísgrjónum og/eða brauði. Áður en rétturinn er framborinn er ferskri steinselju eða basil sáldrað yfir.

Rífandi fiskibollur frá Kolkata

Sjóðið 6-8 kartöflur á meðan matseld er undirbúin.

Skerið í smátt sama magn af hvítlauk, engifer og rauðlauk (ótrúlegt en satt!). Þegar skurðinum er lokið - sem tekur nokkurn tíma - er allt steikt í olíu við háan hita. Hálf teskeið af karrí og garam masala sett út í. Tvö fiskflök eru roðflett og sett á pönnuna með lauknum og engiferinum. Maukað saman og gegnsteikt við mikinn hita. Kælt. Kartöflurnar skrældar og öllu hráefninu blandað saman í höndum eða í mixer. Úr þessu eru mótaðar bollur og þær léttsteiktar í olíu, settar á fat og salti stráð yfir. Borðað með hrísgrjónum og/eða brauði og hvaða sósu sem er - tómatsósa fer prýðilega með þessum rétti.

Beðið eftir barni

Guðrún Hólmgeirsdóttir

Dómur er fallinn í forræðismálinu Guðrún, Gísli og Saswati. Núna erum við fjölskylda. Að lögum. Hvílikur léttleiki. Komin upp á efstu brún eftir ógnarlanga og hlykkjótta leið. Hún var erfið þessi leið. Þótt maður bæri sig vel, léti á engu bera og þættist vera á skemmtigöngu. En sársaukinn skiptir ekki lengur máli. Það er ekki hægt að muna hvernig er að vera illt. Og hún virðist ekki lengur löng þessi leið. Mælieiningin er bara önnur. Það sem aðrir mæla í mánuðum, mælum við í árum. Og það er gott. Einmitt núna er rétti tíminn.

Mér er samt minnstæð stund frá því fyrir níu árum. Ég var á gangi. Og varð til þessi hugsun: Ég er að ganga í gegnum erfiðleika. Mér fannst það merkilegt. Jafnvel rómantískt. En mig óraði ekki fyrir öðru en lausnin væri á næsta leyti. Ekki var hún þar og ekki á því næsta. Mér hafði skjátlást. Ég var ekki að ganga í gegnum erfiðleika. Ég var að ganga inn í erfiðleika.

En nú er komin lausn. Og það skiptir máli. Síðustu mánuðir hafa verið yndislegur tími. Það er svo gaman. Að hugsa um litlu manneskjuna. Sem við ætlum að elska skilyrðislaust. Og monta sig af myndinni. Eins og aldrei áður hafi fæðst barn. Og njóta þess hvað allir samfagna okkur innilega. Fólk skilur þótt það þekki ekki.

Við Gísli vorum að horfa á sólarlagið áðan. Í síðasta skipti tvö ein. Við ætlum að reyna að muna þennan fallega rauða bjarma. Sem er horfinn.

Á morgun kemur sólin upp!

Leiðin til Indlands

Hélt ég að spennan væri búin? Mér líður eins og þessi ferð sé háskaför þar sem hættan býr við hvert fótstíð. Ég á svo bágt með að trúa því að gæfan sem ég bíð eigi raunverulega eftir að falla mér í skaut. Og þess vegna er hvert skref æsispennandi. Að fara á flugvöllinn. Bíða eftir vélinni. Stíga um borð. Taka á loft. Lenda á Indlandi. Komast á hótelið. Í augnablikinu róleg. En ég á eftir að búa mér til nýjan æsing.

Indland er indælt. Allt hefur hér nýjan lit. Skilningarvitin ringluð af að taka inn. Mannlífið, matinn, tungumálið, hitann. Það litla sem maður hefur lesið lifnar við, það er hægt að tengja það við einhvern veruleika og fá örlitla innsýn. Fátæktin og fólksmergðin eru mest framandi. Hvort tveggja handan þess sem maður getur skynjað. Það fæðast 42.000 börn á Indlandi á dag. Hvað er það mikið? Mjög margt fólk hefur mjög lítið. Hvernig er lífið? Mér finnst vorkunn vond. Óviðeigandi. Þá er maður að setja sig í betra sæti. Hér er auðvitað mikill skortur. En hér er líka mikið líf. Og í öllu lífi er reisn sem manni ber að virða. Og maður getur ekki dæmt það sem maður þekkir ekki. En ég er djúpt snortin.

Ég vissi að Indverjar væru fallegir og gáfaðir. Það kom mér á óvart hvað þeir eru afslappaðir, þægilegir, elskulegir og vingjarnlegir. Venjulegir. Eins og við. Þeir eru forn bókmenntaþjóð. Eins og við. Bara fornari. Indland er jafn ungt lýðveldi og Ísland. Bara dálítið stærra. Meira svona eins og Evrópa.

Gamla sagan um börn náttúrunnar, strákinn og stelpuna sem höfðu engan stað að vera á en voru samt, gerist líka

hér. Bara hér eru stelpur ekki einstæðar mæður.

Nýr dagur er runninn

Það er svo erfitt að átta sig á raunveruleikanum á meðan hann er að verða. Við erum búin að fara á barnaheimilið. Halda á litlu stelpunni okkar. Sjá hana brosa. Sjá hana sofa. Sjá hana sjúga. Heyra hana hjala. Hugga hana. Skipta á henni. Allt er þetta draumkennt. Erum við raunverulega komin með barn?

Áðan vitjuðu okkar þrjár konur frá Austurlöndum. Þær sögðust vera komnar til að sjá ungabarnið. Þrjár silkiklæddar konur í gylltum, grænum og rauðum saríklæðum. Þær krupu við rúmið hjá hinum nýbakaða föður sem hélt á barninu í örmum sér og sögðu frá þeirri guðsgjöf sem barnið er. Barninu færðu þau leirmynd af hinni sterku, stríðandi, blíðu og verndandi gyðju Durga. Jónína Þorbjörg Savati verður skírd til kristinnar trúar. En við munum segja henni frá gyðjum. Og indverskum konum.

Dagskipunin

Vakna, væla,
skríkja, stæla.
Fíflast, flissa,
á pabba pissa.
Hjala, babla og bulla,
í baðkarinu sulla.
Borða góða matinn sinn,
maka honum út á kinn.
Ropa, ropa og gubba,
sæta smekkin subba.
Hrína hátt og gráta.
Hlæja og fagurt láta.
Telputáta og táta.
Láta detta dót.
Stíga fast í fót.
Í kisu skottið á, á, á,
togar Junna smá, smá, smá.
Kisa segir mjá, mjá, mjá,
þetta ekki má, má, má.
Sjúga hana snuddu og snuddu,
horfa á mömmu Guddu og Guddu.
Róa, ró og rugga
barnið smáa hugga.
Bráðum fer að sofa hún Junna og Junna,
svæfir þig hún mamma þín hún Gunna og Gunna.
Búinn er nú dagurinn.
Svona endar bragurinn.

Heima

Við vissum fyrirfram að við myndum elska barnið okkar. En gátum ekki vitað hvað það er auðvelt og sjálfsagt. Það er algjörlega eðlilegt að við eigum þetta barn sem við fyrstu sýn hefur annað yfirbragð. Við erum stolt. En ekki í fátækt. Heldur yfir ríkidæminu.

Og við erum þakklát.



Pingborgarhópurinn

Í Pingborg í Hraungerðishreppi rétt austan við Selfoss starfar hópur kvenna að ullarvinnslu. Þær hafa í 10 ár unnið að því að fá það besta úr íslensku ullinni og ber fjölbreytt og fallegt handverk þeirra gott vitni um það fjölþætta menningarstarf sem þar er unnið. Vorið 2000 kom til tals í hópnum að leggja eitthvað af mörkum til góðgerðarstarfsemi. Þá vildi þannig til að ein í hópnum var á biðlista eftir barni frá Indlandi og sagði hún þeim frá því starfi sem unnið er á vegum Matri Sneha í Kolkata á Indlandi.

Var einróma samþykkt að safna ýmsu því sem að gagni gæti komið í gamlan kistil sem hafður er í búðinni. Var ákveðið að konurnar myndu ekki kosta öðru til en eigin vinnuframlagi og nýta efni sem þær áttu. Kassinn er nú barmafullur af mjúkum fallegum hlutum. Má fullyrða að sendingu þessari fylgir hlýr hugur til barnanna í Indlandi.

Spjallrás

Búið er að stofna íslenskan spjallhóp um ættleiðingar á netinu. Þar getur fólk sem er að hugleiða ættleiðingu, er að biðja eftir barni eða hefur þegar ættleitt, deilt reynslu sinni og fróðleik með öðrum í sömu sporum, öllum til gagns og ánægju. Stofnun hópsins skapar vettvang fyrir fólk að velta upp spurningum sem upp koma en að ferðast um netið í leit að upplýsingum vekur oft upp fleiri spurningar en það svarar.

Til að skrá sig inn í hópinn þarf að fara inn á <http://www.groups.yahoo.com>, skrifa "ættleiðing" inn í search, þá komist þið inn á síðuna og getið skráð ykkur inn með því að ýta á "Join this group!". Einnig er hægt að senda tölvupóst á aettleiðing@yahoo.groups.com.

Á veraldarvefnum er ógrynni af efni um ættleiðingar. Við bendum á vef dönsku ættleiðingasamtakanna á <http://www.danadopt.dk>. Ábendingar um góðar síður eru vel þegnar.

Tveir eins

Ragnar 2 ára og Róbert 8 ára eru bræður og báðir ættleiddir, annar frá Víetnam en hinn frá Rúmeníu. Um daginn voru þeir á leiðinni út í garð að leika sér. Ragnar var með bláa húfu og Róbert vildi líka vera með bláa húfu:

„Annars sést ekki að við erum bræður!“

„En það er alveg hægt að sjá að þið eruð bræður“, sagði mamma þeirra. „Þið eruð báðir svarthærðir og með brún augu.“

„Jáááá“, sagði Róbert og samþykkti grænu húfuna.

Preytt á kínverjum

Lísa-Lu 5 ára er fædd í Kína og ættleidd til Danmerkur. Hún dvaldist nýlega með mömmu sinni í Hong Kong. Nokkrum vikum eftir komuna þangað stóðu þær þétt saman í troðfullri lest:

„Ég er orðin þreytt á öllum þessum kínverjum,“ andvarpaði Lísa-Lu.

„Hvað meinarðu með því,“ spurði mamma hennar hissa.

„Það er enginn eins og við,“ svaraði Lísa-Lu.

„Já, en hvað með sjálfa þig, Lísa-Lu?“

„Nei, ég meina það talar enginn eins og við.“

Úr félagsstarfi ÍÆ

Félagið Íslensk ættleiðing skipuleggur tvær almennar fjölskyldusamkomur ár hvert. Á sumrin er farið í útilegu yfir helgi. Um jól eru haldin jólaböll, eitt í Reykjavík og annað á Akureyri. Jólamyndirnar eru frá 2001.



Heims um ból



María ánægð með gjöfina



Hlustað á jólasögu



Pórdís Timila, Uni Dagur Anand og Telma Sif í fanginu á Palla.



Sólveig Diljá og Guðrún.



frá vinstri Guðmundur Helgi, Þórir og Þorvaldur Orri, fyrir framan þá stendur Róbert Smári.



Róbert Smári og Ottó



Höfuð, herðar, hne' og tær...



Útilegan árið 2000 í Svarfaðardal.



Tinna heilsar jólasveininum.



Anna Gréta með Nökkva Fannar.



Hvaða jólalag er þetta?



Kristófer Karl og Lára Karitas í útilegunni í Hvalfirði sumarið 2001.



Paratabs

PRAUTREYNT VERKJALYF

Notkunarsvið: Paratabs inniheldur parasetamól sem er verkjastillandi og hitalækkandi lyf. Það er notað við höfuðverk, tannpinu, tíðaverkjum o.fl. Einnig við sótthita af völdum influensu og annarra umgangssæsta eins og kvefs. **Varúðarreglur:** Fólk sem hefur ofnæmi fyrir parasetamóli eða er með lífrarsjúkdóma má ekki nota lyfið. Nýrna- og lífrarsjúklingum er bent á að ráðfæra sig við lækni áður en þeir taka lyfið. Of stór skammtur getur valdið lífrarbolgu. **Aukaverkanir:** Parasetamól veldur sjaldan aukaverkunum og þolist yfirleitt vel í maga. Langvarandi notkun lyfsins getur valdið nýrnaskemmdum. **Skömmtnun:** Nákvæmar leiðbeiningar um skömmtnun fylgja lyfinu. Ekki má taka stærri skammta en mælt er með. *Lesið vandlega leiðbeiningar sem fylgja lyfinu.* 08.01.99



LYFJAPRÓUN • HUGVIT • GÆÐI
www.delta.is