

Nyhetsbrev från Tuki Nepal Society

December 2025



Namaste och God Julhelg, faddrar, sponsorer och medlemmar!



JULINSAMLING 2025

Tuki Nepals julinsamling 2025 går till två olika projekt. Dels till att bygga hus i de jordbävningsdrabbade områdena i Jajarkot och Rukum, dels till att ge skolbarn i Dhading distriktet tandvård.

Läs mer om insamlingarna på sidan 2 – 3 och på Tuki Nepals Facebook. Insamlingarna hittar du på Tuki Nepals webbsida:

<https://www.tukinepal.org/fundraiser/hus-till-jordbavningsdrabbade-familjer-julinsamling-2025/>

<https://www.tukinepal.org/fundraiser/tandlakare-till-skolbarn-julinsamling-2025/>

SWISH: 123 900 5042 eller BG: 900-4052

Skriv på inbetalningen vilket projekt du vill ge en julgåva till.



Hus till hemlösa familjer



Tandvård till skolbarn

Läget i Nepal

Det är nu 4 månader kvar tills det planerade valet i Nepal efter demonstrationerna, dödsjutningarna och bränderna i september. Den tillfälliga regeringen under domaren Sushila Karki jobbar med att få till ett schysst och rättvist val samtidigt som de försöker återställa ordningen efter septemberhändelserna och att se till att regeringens vanliga verksamhet fungerar.

De har inget enkelt jobb men verkar lyckas ganska bra än så länge. Diskussioner med ungdomarna från Generation Z, som inte är en organisation utan mer en ungdomsrörelse, pågår för att hålla "gamla politiker" utanför interimregeringens arbete och att stävja korruptionen är ett tufft jobb!

De "gamla partierna" har påbörjat valkampanjen genom att bl. a resa runt på landsbygden för att värva röster mot löften om pengar och projekt till olika byar. Generation Z vill ha ett helt nytt styre utan de gamla politikerna, men har inget parti som man kan rösta på. Någon i interimregeringen håller på att starta ett parti som den unga generationen skulle kunna rösta på – men inget är klart. Samtidigt hålls mindre demonstrationer och små strejker runt om i städerna – nepalesernas vanliga sätt att ge uttryck för sina åsikter. Men låt oss hoppas på ett lyckat val utan våldsamheter i mars!



Julinsamling till hus för jordbävningsdrabbade familjer

Det är nu mer än två år sedan de båda distrikten Jajarkot och Rukum i nordvästra Nepal drabbades av en förödande jordbävning då 79 000 hus förstördes. De drabbade familjerna har sedan dess bott i provisoriska skjul av plåt, bräder eller presenningar och de kommer att få tillbringa ytterligare en vinter i dessa enkla, provisoriska, trånga och kalla bostäder. Tuki Nepals insamling inför julen 2025 syftar till att det ska bli den sista vintern utan ordentliga hus.



Vår samarbetspartner Build up Nepal har förberett allt som går att förbereda – nu är det endast regeringens bidrag till återuppbyggnaden som saknas. De förstörda eller skadade husen är undersökta och registrerade och familjerna som behöver bidrag för att bygga nytt är utsedda. T o m en utbildning i hur bidragen ska delas ut har ordnats. Det är bara pengarna som saknas. Oroligheterna i september har förstört förståelsen för processen men nu tror Build up Nepal att bidragen kommer att börja fördelas om en månad eller högst två.

Under tiden har Build up Nepal utbildat ett 50-tal entreprenörer i hur husen ska byggas på rätt sätt med compressed earth-bricks. Många familjer har redan tillverkat sin earth-bricks, som nu bara ligger och väntar på att användas. De bidrag vi här i Sverige lyckas samla in kommer att bli den sista brickan i hur husen ska finansieras. Regeringen bidrar med en tredjedel, familjerna själva med en tredjedel och Tuki Nepal och andra biståndsorganisationer bidrar med den sista tredjedelen. Familjernas del innebär eget arbete och material som de kan rädda från de förstörda husen.



Varje drabbad familj kommer att få ett hus med två rum och kök samt en miljöriktig toalett utanför. Köket kommer att innehålla en gasspis i stället för de traditionella vedspisarna utan skorsten. Vill familjerna ha en traditionell spis också kan den byggas utanför huset under tak. Gasspisen är en stor förändring för familjerna men kommer att påverka kvinnornas hälsa i en positiv riktning. De kommer inte längre att behöva sitta i rökiga kök och hosta.

Några familjer med lite egna pengar eller egna sponsorer har redan byggt ett hus eller är på gång – se husen nedan.

Hjälp oss att bygga fler hus!

SWISH: 123 900 5042

BG: 900-5042





Julinsamling för tandvård åt skolbarn

Sedan 12 år tillbaka, sedan 2013, har Tuki Nepal finansierat ett tandläkarprojekt i några skolor i byn Jyamrung och dess omgivning. Projektet innebär att nepalesiska tandläkare och tandhygienister under några dagar besöker skolorna för att undersöka och behandla elevernas tänder och att undervisa dem och deras lärare och föräldrar i hur man tar väl hand om sina tänder.

I Nepal är tandläkare något man kanske går till om man bor i en stad och har pengar. Ute på landsbygden lider man tills någon kan dra ut den onda tanden. Det finns inga tandläkare på landsbygden.

De nepalesiska tandläkarnas rapporter visar att tandläkarprojektet gjort stor nytta och att elevernas tandhälsa i de båda skolorna är mycket bättre idag än för 12 år sedan – detta trots att läsk och sötsaker numera finns tillgängligt även ute i byarna. Dessutom har tandborstningen spridit sig till övriga i barnens familjer.



Vid tandläkarbesöket får alla barn en tandborste och tandkräm med fluor. Deras föräldrar bjuds in till skolan för att deltaga i informationen om hur man sköter sina tänder så att man inte får hål i dem. Sedan undersöks alla elever och behandling av det som låter sig göras med primitiva hjälpmedel görs.

I början skrapades karies bort från tänderna eftersom det inte fanns ett nationellt elnät som klarade tandläkarbollar. Idag har tandläkarna med sig portabla borrar med vattentillförsel. Man drar ut tänder när det behövs – speciellt gäller det mjölkttänder med karies. Även föräldrarna, lärarna och övriga bybor kan få möjlighet att besöka tandläkarna om tid finns.

Beroende av hur mycket pengar vi får in på den här insamlingen kan även äldre elever som behöver rotfylla en tand eller justera tänder som kommer fel i munnen, få möjlighet att besöka en tandklinik i staden Dhading där det finns tandläkare som har en riktig klinik med alla tillgängliga verktyg.

Tuki Nepal vill sprida tandläkarprojektet till fler byar i området. I år, 2025, fick Simle-skolan, den största skolan i området med 250 elever i klass 1 - 10, förmånen att träffa tandläkarna. 2026 planerar vi att ytterligare en eller två skolor ska omfattas av projektet.

Hjälp oss att ge fler barn tillgång till tandvård! **SWISH: 123 900 5042 BG: 900-5042**





Holtab och ABB:s årliga resa till Nepal 13 oktober till 18 november 2025

Från Holtab i år reste Sanna Moberg, Moa Östermark, Jens Kristiansson och Carl-Fredrik Gyllenhammar. De fick sällskap av ABB, där de skickade två representanter Kermit Svensson och Anders Bergström.

Jordbävningsdrabbade Jajarkot

Första inrikesresan gick sig till Jajarkot i nordvästra Nepal. Det krävs att man tar inrikesflyg för att nå den närmaste flygplatsen i Surkhet och sedan därifrån 4–5 timmars bilresa för att nå destinationen Khalanga där vi bodde och utgick ifrån.

Jajarkot området var epicentrum för jordbävningen 2023, där många familjer förlorade nära och kära och sina hus.

Vi fick guidning av Build Up Nepals Raj och Asish under två dagar. De tog med oss till de entreprenörer som är en del av projektet vi på Holtab och ABB är med och sponsrar med familjebostäder.

Vad vi kunde se var att husbyggena inte har riktigt kommit i gång ännu eftersom de fortfarande väntar på ekonomiskt stöd från regeringen. Vi besökte påbörjade byggen av modellhus som används både till att utbilda entreprenörer, murare, och för att ge en familj en bostad.

Det pågår ett stort arbete med förberedelse. Entreprenörerna är i full gång att lära sig att tillverka earth-bricks och är i gång med att ta fram ett lager av stenar så de snabbt kan börja bygga när regeringens stöd kommit.



Vi besökte byarna Khalpat och Chiuri i en ward (län) som heter Nalagad. I dessa två byar finns det både behov av bostäder och skolor. Vi fick möjlighet att prata med skolledningen i Chiuri där byn mest av allt önskar att få en ny skola till minst 150 skolbarn. Det var bra nivå på engelska hos lärarna i skolan. Skolan hade sprickor längs alla hörn och var i mycket dåligt skick och klarar inte av en jordbävning till.

I byn Khalpat odlar de honung som sin huvudsyssla. Där hade de även börjat att bygga ett par modellhus med earth-bricks. Vi träffade på en äldre herre i byn som inte kunde gå på grund av sjukdom. Hans önskan var att få en rullstol så han kan förflytta sig och vara med på vardagliga aktiviteter.

Besöket gav en tydlig bild av både utmaningarna och den lokala viljan att bygga upp samhället igen.



Majhigaun - Uppföljning av vattenprojekt

Efter ett stopp i Katmandu besöktes byn Majhigaun för projektuppföljning. Vattenledningen hade skadats av vägarbete men ska snart repareras. Vi träffade Anush (som Tuki sponsrat sedan 2018 med mat och kläder om även betalat för hans hjärtoperation) och hans syster, som nu bor hos sin moster och de fick kläder och presenter. Hos multihandikappade Ambika ordnades städning av huset samt utdelning av nya kläder och sängkläder.

Jyamrung - Där allt startade

Vi besökte också byn Jyamrung och tältade vid floden 3 nätter. I Jyamrung skolan minskar elevantalet kraftigt och sjukstugan står tom. Vid besöket var endast ett tiotal elever på plats jämfört med 70–80 året innan. På andra sidan floden mötte delegationen en kvinnogrupp med 24 medlemmar som producerar tvål och använder intäkterna till vård och gemensamma insatser i byn.

Manikhel, en by splittrad av jordskred

I slutet av vår resa besökte vi byn Manikhel. En by som ligger 2 timmars bilresa, söder om Kathmandu.

Under sommaren 2024 drabbades området av omfattande jordskred under monsunen, vilket begravnade stora delar av byn och ledde till många dödsfall. Byn har blivit uppsplittrad efter jordskredet och tillfälliga hus byggda av plåt är uppbyggda långt ifrån varandra där byborna bor idag.

Vi upplevde att byn saknar en fungerande samhällsstruktur – det finns få butiker, begränsad handel och små möjligheter till odling.

Infrastrukturen är bristfällig, och vi bedömer området som fortsatt kritiskt för framtida jordskred. De flesta inkomsterna kommer från söner som arbetar i Katmandu eller utomlands.

//Moa Östermark, Holtab



Anush Majhi i mitten bland kompisar

I Tuki Nepals målsättning står det att någon från föreningen skall besöka och utvärdera våra projekt minst en gång om året. I delegationen från Holtab och ABB är flera personer medlemmar i Tuki Nepal och i år är det de som besökt våra projekt. Holtab och ABB är båda engagerade i återuppbyggnadsarbetet i Jajarkot och Rukum och Holtab sponsrar dessutom flera av våra övriga projekt, t. ex i byn Majhigaun. **Tack Holtab och ABB!**



Flickorna som sponsras av Tuki Nepal med högre utbildning

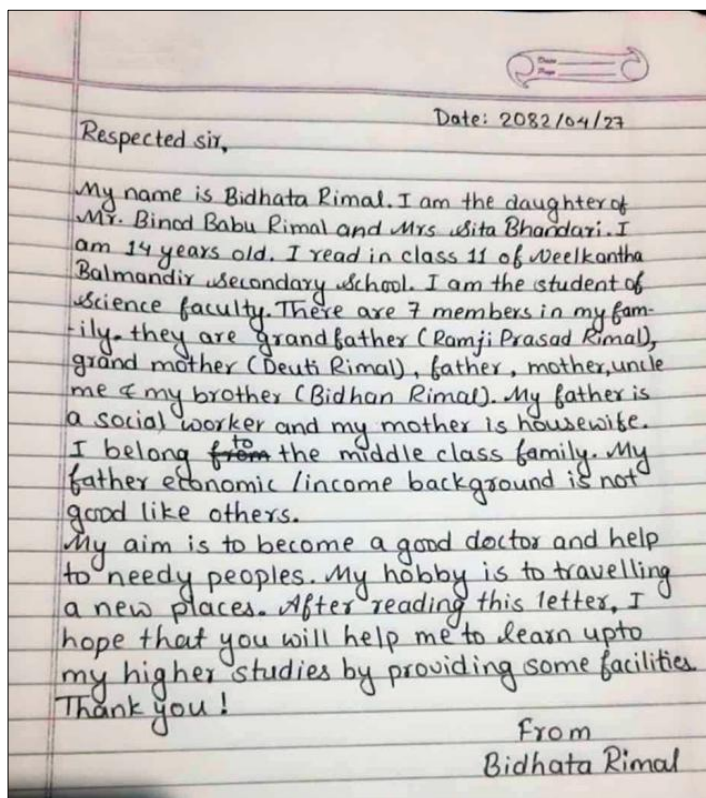
Förra årets julinsamling gav mycket pengar till flickors utbildning på gymnasie- och universitetsnivå. Det innebär att fler flickor kunde väljas ut för att påbörja högre studier. Just nu har vi 13 flickor som studerar på gymnasienivå (Plus 2) och en ung kvinna som går på universitetsfilialen i Dhading för att bli vatteningenjör.

När flickorna väljs ut får de skriva ett brev om sig själva på engelska. Vi har valt att presentera våra studerande flickor genom dessa brev samt en bild på dem. Nu är det dags för Bidhata Rimal och Jasmina Rokka

Bidhata Rimal är bara 14 år och har redan avslutat grundskolan. Nu har hon fått börja klass 11, dvs Plus2.



Bidhata Rimal



Grundskolan i Nepal är på 10 år. De flesta elever i Nepal slutar efter klass 10 – om de fått gå kvar i skolan så länge ens. Plus 2 innebär klass 11 och 12 och motsvarar vårt gymnasium. Där väljer man inriktning mot de jobb man tänkt sig framöver.

Numera finns Plus2 utbildning även ute på landsbygden, vilket innebär att fler elever kan studera vidare – om familjen har råd att betala avgifter och allt som kommer till för sitt barn.

Ännu är det mer ovanligt än vanligt att elever studerar vidare efter klass 10 – framför allt gäller det flickor.

Till höger, den nya Plus2 skolan i byn Bharmale



Nyhetsbrev från Tuki Nepal Society

December 2025



Jasmina Rokkas mor dog för ett par år sedan och det är Jasmina och hennes 17-åriga syster som sköter det mesta i hemmet samtidigt som de studerar.

Många av de flickor Tuki Nepal sponsrar med utbildning lever i familjer där antingen modern eller fadern är döda eller har gett sig av från familjen.



Date _____
Page _____

I am Jasmina Rokka. I am 16 years old. I have nothing special hobby but I liked to read a historical books. My future aim is teacher teach to small students. I passed S.E.E examination in 2082 batch. I got 3.29 Grp/ GrPA. I pass Forevialt school name is Kiranchok Secondary school Gajuri-8 Dhading Prawang. Now I live in Gajuri-8 Prawnag Dhading. I join 11 at ~~Kiranchok~~ Kiranchok S.S in Gajuri-8 Dhading. I am to belonging middle class family. In my family there are 5 member: grandfather, father, one sister and one brother.

Their name, age and work are

	Name	Age	Age	work
Gr F	Krishna B. Sarki		85	Farmer
F	Ramchandra Rokka		42	Farmer
S	Jeshika Rokka		17	student
me	Jasmina Rokka		16	student
b	Sandesh Rokka		14	student

Dessa familjer har det ofta svårt att få ekonomin att gå ihop då det ofta krävs att en i familjen arbetar utanför hemmet – ofta långt borta, kanske i ett annat land.

I Jasminas fall har den äldre system fått börja Plus 2, men att man även skulle kunna låta Jasmina gå vidare med sin utbildning, klarar familjens ekonomi inte av.

Jasmina och hennes syster är begåvade, men när pengarna inte räcker till för båda sökte Jasmina till Tukee Nepals (vår systerorganisation) scholarship och valdes ut.

Tuki Nepal har valt att främst sponsra flickors högre utbildning. Det beror på att då det gäller högre utbildning är det alltid pojkar som prioriteras om en familj har möjlighet att skicka något av sina barn att studera vidare. Under de senaste 5 åren har dock flickornas antal i högre utbildning drastiskt ökat och idag är det faktiskt lika stor andel flickor som pojkar i universitetsutbildning.

Tuki Nepal har sponsrat även pojkar med högre utbildning. Just nu sponsrar vi 1 pojke med Plus 2 och 3 med universitetsutbildning.

Kanske är det dags att ompröva vårt projekt till att gälla lika många pojkar som flickor?

Jasmina som skrivit det här brevet vill be lärare för små barn när hon studerat klart. Det är ett yrke som lockar många flickor.

Nyhetsbrev från Tuki Nepal Society

December 2025



Nytt år – dags att betala fadderskap, annan sponsring samt medlemskap!

I år får ni inga brev i postlådan med nyhetsbrev och inbetalningskort. Portot för att skicka brev har höjts orimligt och Tuki Nepals styrelse har bestämt att prova med endast digitalt utskick. Tanken under föregående år har varit att alla ska få en påminnelse och ett inbetalningskort i handen för att inte glömma bort att betala in. Vi har ett litet fåtal personer som av olika anledningar får alla våra utskick på post – ni får förstås brev även i fortsättningen.

Tuki Nepals hela verksamhet är beroende av att ni kommer ihåg att betala in till vårt bankgiro eller vår SWISH. Utan er kan vi inte driva våra projekt.

Avgifterna har legat på samma nivå i flera år.



Chameli Khadka med sina 4 barn och Roshina Majhi (rosa byxor) är personer som Tuki Nepal stöttat/ stöttar.

Fadderskap skolbarn

Fadderskap hälsa

Högre utbildning för flickor

Bygg upp Nepal – jordbävningssäkra hus

Medlemskap 2026

125:-/ månad eller 1 500:-/ år

125:-/ månad eller 1 500:-/ år

valfri summa

valfri summa

225:- enskild och 325:- familj

SWISH: 123 900 5042

Bankgiro: 900-5042



www.facebook.com/tukinepal

info@tukinepal.org

<http://www.tukinepal.org/>

Tel: 0708-48 69 95