

# En ven på vejen.





# En ven på vejen

I denne bog skal du møde et barn, der er flygtet fra sit land, og en klog snegl, som barnet møder på sin vej.

I bogen kan du også tegne eller skrive om **din egen vej** til der, hvor du er lige nu. Denne bog er din.





En dag stod jeg op, og alt var forandret.  
Jeg fik at vide, at jeg skulle rejse til et andet land.  
Et land, hvor det ville være mere sikkert for mig at være.



Hej med dig! Du ser trist ud. Hvad er der galt?  
siger sneglen.



Jeg er på vej væk fra mit  
land og fra alt det jeg kender,  
svarer barnet.

Så kan jeg godt forstå, at du er  
trist. Jeg er også på vej.  
Skal vi følges ad? siger sneglen.





Nu er der gået noget tid, og jeg er i sikkerhed.  
Men jeg kan stadig føle mig **trist** indeni.

Jeg tænker på ...

min familie

mine venner

mit legetøj

min hund



Jeg græder mere end før. Jeg kan have svært ved at sove,  
og nogle gange vil jeg helst bare **være tæt på en voksen.**





Andre gange leger jeg og glemmer helt, hvad der er sket.



Der sker så mange ting omkring mig.  
Der er så meget, jeg skal lære, og mit hoved er  
fuld af spørgsmål.

Det kan jeg godt forstå. Jeg synes, du er  
modig, fordi du fortæller mig om det.  
Jeg har mødt andre børn som dig, og de  
fortæller mig det samme som dig.





En ting er meget vigtig at forstå:  
Det er **IKKE** din skyld, at I måtte flygte.

Nu skal du bare høre...

Det kan være godt at vide:

1. Hvorfor du måtte flygte.
2. Hvordan man kan have det indeni.
3. Hvad der kan hjælpe.

Ved du, hvorfor du måtte flygte?

1. Mange børn må flygte, fordi der er **krig** i deres land. Andre børn må flygte på grund af **fattigdom** eller **naturkatastrofer**.



2. Det er helt normalt, at et barn, der har været på flugt ...



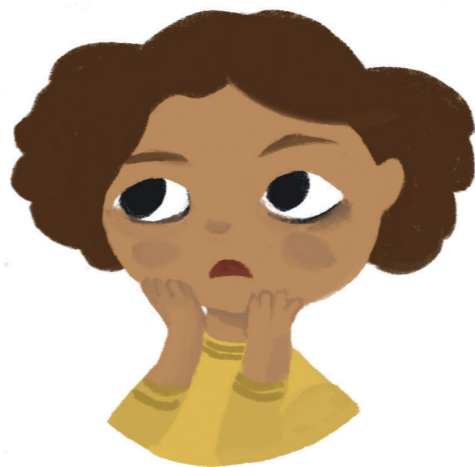
føler sig mere ked af det



bliver hurtigere vred



er bange



føler sig nervøs

Det er også helt normalt, hvis du:

- har svært ved at sove.
- har brug for at være tæt på en voksen, som passer på dig.
- gør ting, som du ikke plejer at gøre.
- ikke har lyst til de samme ting, som du før havde lyst til.



### 3. Mange børn får det bedre, når de:

- fortæller til en voksen, hvordan de har det.
- tænker på, at der mange, der prøver at hjælpe deres land.
- hjælper andre med noget af det, de selv er gode til.
- gør ting, der giver ro i kroppen som for eksempel at trække vejret helt ned i maven og puste langsomt ud.
- leger og bruger deres fantasi.

Pssst. Jeg skal vise dig noget.  
Hvis du sætter hånden op for det ene øje,  
så kan du måske se ting, som andre  
ikke kan se.



På de næste sider kan du skrive eller tegne **din historie**.

Farv stjernerne og vis, hvad der bekymrer dig.

- ☆ At gå i børnehave/skole i et andet land
- ☆ At der vil ske mig noget farligt
- ☆ At der sker noget med dem, jeg holder af
- ☆ At jeg ikke har noget sted at bo
- ☆ Hvad der sker i mit hjemland



Her kan du skrive eller tegne, hvis du har andre bekymringer:



**Husk:**

Del altid dine bekymringer med en voksen.

Her kan du skrive eller tegne ting, du har **spørgsmål** til:

**Husk** at stille dine spørgsmål til den voksne, du er sammen med.

Her kan du skrive eller tegne, hvad du husker bedst fra det **sted**, du kommer fra:



Her kan du skrive om eller tegne de ting fra dit **hjemland**, som du er særligt glad for:

Her kan du skrive om eller tegne det, der gør dig mest **glad** lige nu:

Her kan du skrive om eller tegne en situation, hvor du har følt dig **stærk**:

Her kan du skrive om eller tegne en situation, hvor du har følt dig **modig**:

Her kan du skrive eller tegne, lige hvad du har lyst til:



## En ven på vejen

Af:

Anne Lomholt Lei Hansen

Patricia Jytte Salinas

Sofie Boje Groth

Udgivet af:

Røde Kors Asyl

Sandholmgårdsvej 40

3460 Birkerød

[www.Rodekors.dk](http://www.Rodekors.dk)

Illustrationer: Pauline Drasbæk

Redaktion og tryk: Alinea+

Grafisk opsætning: Grethe Bruun

Copyright:

Røde Kors

Kopiering kun tilladt efter Copy-Dans regler

ISBN: 9788723565105

Produceret med støtte fra Egmont Fonden.

*”En dag stod jeg op, og alt var forandret. Jeg fik at vide, at jeg skulle rejse til et andet land. Et land, hvor det ville være mere sikkert for mig at være”.*

Denne bog handler om et barn, der er flygtet fra sit land. Bogen beskriver normale psykologiske reaktioner på flugt og giver forslag til, hvad der kan være hjælpsomt for børn at gøre, hvis de oplever disse reaktioner. I bogen opfordres børnene også til selv at skrive eller tegne deres historie og situationer, hvor de har følt sig modige og stærke.

Bogen er særligt egnet for børn fra 5-12 år, og er god til højtlesning.



**EGMONT**  
Fonden