

Fredllät

ICKEVÅLD

SÅ BLIR
DU EN BRA
KOMPIS

BARN HAR
RÄTT

FRED OCH
MOD

BARN PÅ
FLYKT

SÄTT DIG
PÅ TVÄREN



KRISTNA
FREDS
RÖRELSEN



SVENSKA
KYRKANS
UNGA

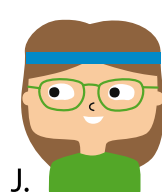
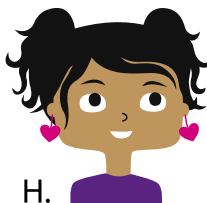
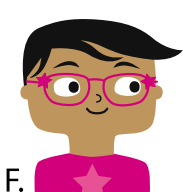
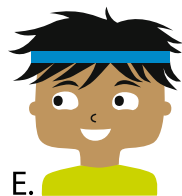
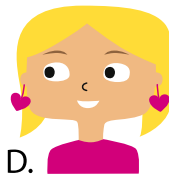
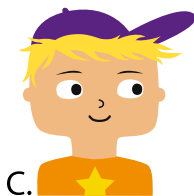
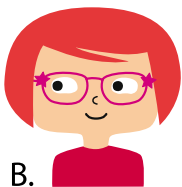
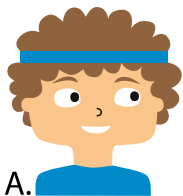
JASMINE OCH CARMEN ÄR RIKTIGA KOMPISAR

Jasmine och Carmen gick i samma klass men kände inte varandra. Då bjöd Jasmine Carmen på sitt kalas och sedan dess har de varit väldigt bra vänner.



VILKA KOMPISAR HÖR IHOP?

Här ser du en massa kompisar. De har något som är lika, ett örhänge, ett hårband, en tröja. Kan du se vilka kompisar som hör ihop? Någon kan höra ihop med flera. Rätt svar hittar du på näst sista sidan.



FEM TIPS PÅ HUR DU SKAFFAR EN KOMPIS



Jasmine

Bor: I Uppsala, Sverige

Ålder: 10,5 år.

Intressen: Spelar fiol.

Carmen

Bor: I Uppsala, Sverige

Ålder: 11 år.

Intressen: Dansar.

Hur träffades ni?

Carmen: Vi började i samma klass i ettan.

Hur blev ni kompisar?

Jasmine: Det började när jag skulle ha kalas när vi gick i ettan. Jag kände inte Carmen då, men min mamma tyckte att jag skulle bjuda henne på mitt kalas i alla fall, så att jag skulle kunna lära känna henne. Vi hade väldigt kul tillsammans på kalaset och blev väldigt bra vänner.

Vad tycker ni om att göra tillsammans?

Carmen: Vi leker lekar och går hem till varandra, där vi brukar spela kort bland annat. På rasterna i skolan brukar vi bolla gris och leka andra bollekar.

Vad gör Jasmine till en så bra kompis?

Carmen: Hon är snäll och om någon är elak kan man berätta det för henne och hon säger det inte till någon annan. Hon kan behålla en hemlighet.

Vad gör Carmen till en så bra kompis?

Jasmine: Hon är snäll och kan hålla ett löfte. När jag är ledsen kan jag prata med henne.

1. Våga säga hej.

2. Uppmuntra och var snäll mot personen du vill bli kompis med.

3. Prata om dina talanger och intressen, du kanske hittar någon som har samma.

4. Bjud med personen på en kul aktivitet.

5. Om du inte vågar gå fram och prata, ring eller skriv ett meddelande.



FRED BETYDER ATT KÄNNA SIG ÄLSKAD OCH TRYGG

Den här tidningen handlar om fred. Fred kan betyda att det inte finns några krig, men det kan också handla om att vara snäll mot varandra här hemma. Att känna sig trygg och nöjd med sig själv är också en sorts fred. Fred är inget som kommer av sig själv, fred

måste byggas. Om alla gör något så kan vi tillsammans göra världen till en bättre och mer fredlig plats. Att bygga fred börjar här och nu, med att man hälsar på den nya personen i klassen eller med att man ger någon som är ledsen en kram.

KOMPISAR PÅ FLYKT

Raghad, Ali, Hamza och Manar bor alla i ett flyktingläger i norra Jordanien. De har flytt från kriget i Syrien och lämnat sina hem bakom sig. De har fått en helt ny vardag på grund av kriget. Men kompisar har de ändå, något som kanske är extra viktigt när man har tvingats fly och inte vet när man ska få komma hem igen.



Ali och Raghad

Vem är du kompis med och vad tycker du om att göra om dagarna?

– Jag är bara vän med flickor. Jag tycker om att flyga drake, säger Raghad Yusef Al-Hariri, 10 år.

Hur ser din dag ut?

– Jag vaknar tidigt och äter frukost, sen leker jag med mina vänner. Jag sover från åtta på kvällen till klockan sex på morgonen. Vi bor sex personer i samma tält. Min pappa har en liten affär här i lägret, min mamma städar och lagar mat, säger Ali Mohammad Al-Masri, 12 år.

Hur är en bra kompis?

– Jag vill inte vara med människor som bråkar eller slåss. En bra vän är någon som pratar på ett vänligt sätt och som inte slänger sten, säger Ali Mohammad.

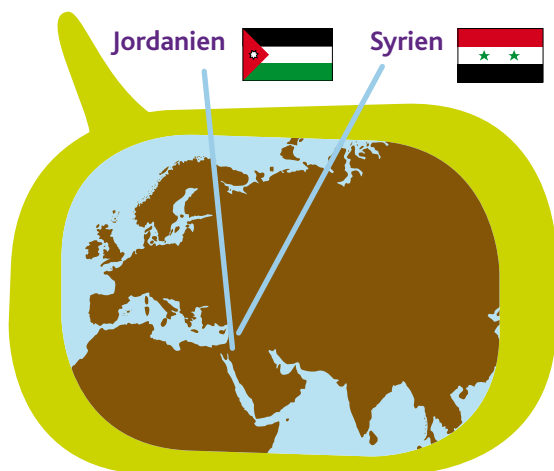
– En bra vän ljugar inte och behandlar mig bra. Man träffas ofta, går till varandra och tillbringar tid ihop, säger Hamza Mahmood Tokan, 14 år.

Vad brukar du och dina kompisar göra tillsammans?

– Jag brukar prata och dricka té med mina vänner. Det brukade jag göra hemma också, men då brukade vi plugga ihop. Här går jag inte i skolan, säger Hamza.

– Jag går inte i skolan här, men vi har en grupp som träffas och broderar, säger Manar Mahmood Tokan, 15 år.

HÄR BOR KOMPISARNA



Jordanien



Syrien



Hamza och Manar



TEST: ÄR DU EN BRA KOMPIS?

Ville har glömt sina gympakläder hemma. Han vill att du hänger med hem och hämtar dem.

- A. Klart du kan, om ni cyklar.
- B. Orka!
- C. Du väntar utanför gymnasalen tills han kommer tillbaka.

Ni har rättskrivning i skolan. Amir tittar bedjande på dig. Han vill ha hjälp med ordet papplåda.

- A. Du skakar på huvudet och fortsätter skriva.
- B. Du vet väl inte hur man stavar till papplåda!
- C. Du försöker bokstavera med läpparna tills fröken blir sur och tittar strängt på dig.

Ni ska gå på disco. Den snyggaste i klassen ska dit och du längtar efter att få dansa med den. Nu blir din kompis sjuk.

- A. Det kommer väl fler discon. Du tar med dig popcorn och en film till kompisens och har myskväll bara ni två.
- B. Du säger att du stannar hemma, för att kompisens inte

ska bli ledsen, men går iallafall.
C. Du går på discot, men det blir inget kul, för kompisens är ju inte med.

Diza och du har bestämt att ni ska leka och nu vill Mia också vara med. Vad gör du?

- A. Frågar Diza om det är okej.
- B. Säger nej. Mia är tråkig.
- C. Säger ja och hoppas att det är okej.

Pappa är på krigsstigen. Någon har tagit sönder hans samling av snäckor.

- A. Du säger som det är. Du välte ner dem.
- B. Du säger att det är Minnas fel. Hon är ju inte här.
- C. Du säger att du inte vet vem som gjort det.

Yashar dansar och ska ha uppvisning och vill att du ska komma och se den. Men du ska ha fotbolls-träning. Du behöver verkligen träningen, för det är match imorgon.

- A. Lessen, säger du, men jag måste träna.

B. Dansuppvisning. En så'n tönt!

C. Du går på dansen. Det kommer ju fler träningar.

Patric och du bråkar. Han påstår att ni kommit överens om att åka in till stan och gå på bio. Men du är sugen på tevespel.

- A. Du hör vad han säger, men kommer inte ihåg att du lovat. Han har kanske rätt, så du hänger med på bion.
- B. Men åk på bio då! Jag ska spela spel.
- C. Okej, säger du, men vi kan kanske hyra en film istället.



KOLLA HÄR HUR BRA KOMPIS DU ÄR

FLEST A

Du är verkligen en kompis. Du är omtänksam och snäll. Det är bra egenskaper. Men det är inte lätt att alltid vara en bra kompis. Det är sådant man måste träna på och prata med kompisens om.

FLEST B

Du behöver träna på att inte bara göra sådant du själv vill. Försök hitta på sådant ni gillar båda två. Och tänk på att en kompis ska vara snäll och omtänksam. Kompisar ställer upp för varandra!

FLEST C

Det är inte så lätt att vara en bra kompis. Ibland känner man att man måste ställa upp för sin kompis fast det känns fel. Men om det inte känns bra inom dig ska du inte göra det. Prata med kompisens om hur du känner. En bra kompis förstår!

DU FÅR INTE VARA MED

**DET
HÄR
GÖR
MIG
ARG**

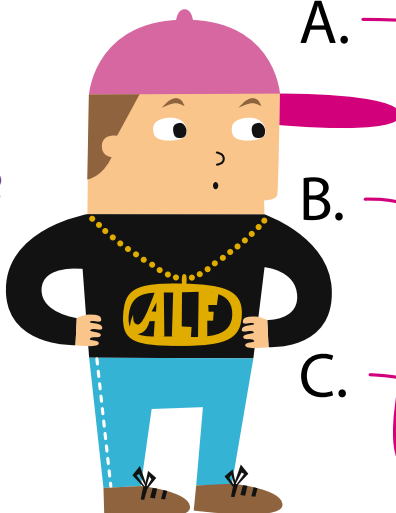


1. När vuxna är orättvisa.
2. När någon behandlas illa.
3. När någon slåss.
4. När jag inte får vara med.
5. När ingen lyssnar på mig.

Har någon sagt till dig att du inte får vara med? Eller har du själv sagt så, när du och din kompis har velat vara ifred? Även om de allra flesta tycker att det är jobbigt att bråka uppstår det bråk hela tiden: på skolgården, hemma, på arbetsplatser och i världen. Det är inte förbjudet att bli arg och ledsen. Inte ens på sin bästa kompis eller på sina föräldrar. Ibland

ALF OCH RALF ÄR OVÄNNER

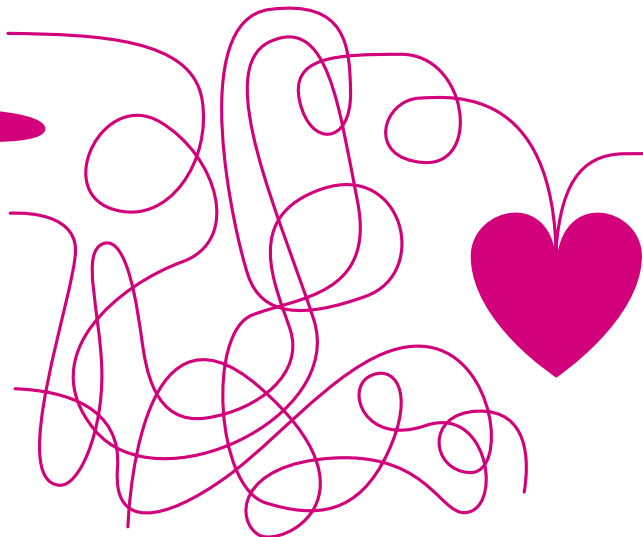
Men hur ska de bli sams?
Ser du vilken tråd som når in till hjärtat.
Rätt svar hittar du på näst sista sidan.



A.

B.

C.

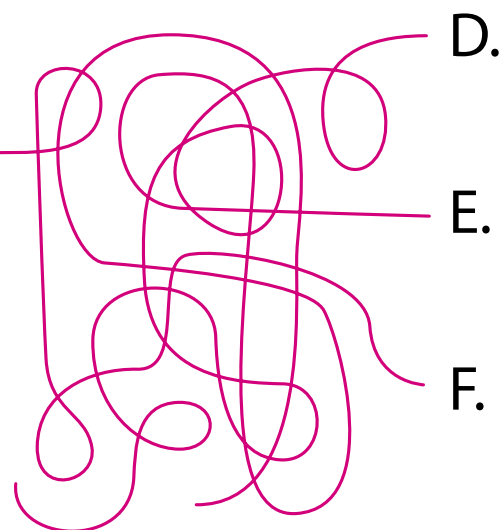


OLIKA SÄTT ATT BLI SAMS IGEN

En konflikt uppstår när människor vill olika saker och inte får sin vilja igenom. Här är olika sätt som man kan lösa en konflikt på. Hur brukar du göra? Vilket sätt tycker du är bäst?

- 1.** Den ena ger sig. Okej då, du får som du vill.
- 2.** Att inte låtsas om att man är osams. Äh, jag bryr mig inte.
- 3.** Kompromissa. Gå halva vägen var.
- 4.** Samarbeta. Båda vinner!

kan det vara bra att bli arg och protestera, speciellt om någon behandlas orättvist. Det viktiga är att visa respekt för personen man är arg på och att man inte säger elaka saker eller slåss. Ett knep när man är arg är att prata med personen man är arg på. Då kan man komma på en lösning tillsammans.



D.

E.

F.



OLIKA SÄTT ATT SÄGA FÖRLÅT

Ibland när man bråkat kan man behöva säga förlåt. Det krävs mod för att be om ursäkt, här har du några förslag:

- 1.** Säg det till personen.
- 2.** Skriv en lapp.
- 3.** Ge ett kompisarmband.

VUXNA BRÅKAR OCKSÅ

Precis som barn kan vuxna också bli arga när de behandlas orättvist eller inte får som de vill. Och precis som barn kan vuxna också uppföra sig illa när de blir arga, börja skrika, kasta saker och börja slåss. Ibland blir vuxna så osams att de startar krig och dödar människor. Så får man så klart inte göra. När vuxna inte kan uppföra sig måste andra protestera. Barn också. Längre fram kan du läsa om personer som protesterar på fredliga sätt.

KRIG DRABBAR OCKSÅ BARN

Syrien är ett av de länder där det är krig för att det finns olika grupper som inte kommer överens. Kriget i Syrien har gjort att en och en halv miljon människor har flytt till grannländerna. I flyktinglägret Za'atari i norra Jordanien finns mer än 150 000 människor. Det är som om invånarna i en stor svensk stad skulle bo i ett flyktingläger, plus några tusen människor till.

Mer än hälften av alla i flyktinglägret Za'atari är under 18 år. Många barn har flytt med sina familjer, många har fått sina hus och lägenheter sönderbombade innan de flydde. Nu bor de i flyktinglägret, många går inte i skolan.

– Livet här är svårt. Vi har inte rent vatten och när vi går till toaletten är det massor av folk och vi måste stå i kö. Jag hämtar vatten i hink åt min mamma och det blir alltid bråk, säger Raghad, 10 år.

– Jag är uttråkad. Toaletterna är smutsiga och köken är överfulla, säger Ali, 12 år.

– Det är mycket damm och kaos, jag trivs inte här. Jag vill till min syster och mina släktingar när jag kommer tillbaka till Syrien, säger Hamza, 14 år.

– Igår blev vår vattenbehållare stulen. Det är för mycket bråk, särskilt när vattnet kommer.

Jag är inte rädd, men jag blir upprörd. Jag längtar hem. Hemma har vi vatten, badrum, vi har allt, säger Manar, 15 år.

Svenska kyrkan stöder flyktingarna i lägret. Barnen får kläder och skor, något som verkligen behövs eftersom många inte fick med sig något i flykten. Barnen tycker också att det är jobbigt att det är så mycket bråk i lägret. Därför jobbar Svenska kyrkan med att barnens föräldrar ska få stöd med konfliktlösning och utbildning i barns rättigheter. Man kan hjälpa barnen i Za'atari genom att skänka pengar till Svenska kyrkans internationella arbete.

VARFÖR BLIR DET KRIG?

Ofta handlar krig om saker som många vill ha. Det kan vara vatten och mark att odla mat på eller resurser som är värda mycket pengar, till exempel olja och mineraler från gruvor. **De flesta krig i världen sker i områden där människor är fattiga.** När man inte har så man klarar sig kan människor känna sig tvingade att ta till våld och vapen för att få det.





Raghad och Ali och deras kompisar tvingades fly från sina hem i Syrien. Nu bor de i flyktinglägret Za'atari i Jordanien.

VARFÖR FINNS DET VAPEN?

Människor och länder som känner sig hotade kan vilja ha vapen för att kunna försvara sig om någon skulle vilja göra dem illa. **Men ofta hamnar vapen i fel händer och drabbar oskyldiga människor.** Därför kämpar Kristna Fredsrörelsen och andra organisationer för att minska mängden vapen i världen. **Du kan stötta Kristna Fredsrörelsens arbete genom att bli medlem.**

HUR SER VÄRLDEN UT EGENTLIGEN?

Världen är på många sätt en **bättre plats att leva på än någonsin tidigare.** Färre människor dödas i krig. Fler barn än någonsin går i skolan och vi lever längre. **Men fortfarande är världen orättvis.** Det finns tillräckligt med mat för att alla människor på hela jorden ska kunna äta sig mätta. **Trots det går många människor hungriga.** Om vi istället skulle dela mer lika på de resurser som finns skulle risken för krig och konflikter minska.

HJÄLTAR

En hjälte är någon som är modig och som inspirerar dig att vara modig. En hjälte gör bra saker som gör världen bättre. En hjälte kan vara någon du känner, eller någon som du har sett på tv eller någon du har läst om. Vem är din hjälte, kanske är det...

MERIDA Påhittad person i filmen Modig som tvingas bekämpa en förbannelse för att rädda kungariket och sin mamma.

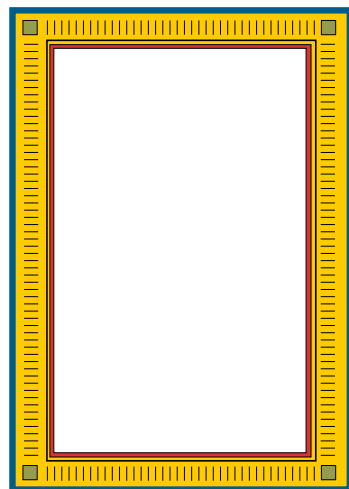
LUKE SKYWALKER Påhittad person som räddar prinsessan Leia och hela galaxen från den onde Darth Vader.

LIONEL MESSI Riktig person som ofta räknas som en av världens bästa manliga fotbollsspelare. Han spelar just nu i spanska laget FC Barcelona och i Argentinas landslag.

MARTA Riktig person som har blivit utsedd till världens bästa kvinnliga fotbollsspelare fem år i rad. Just nu spelar hon i brasilianska landslaget och i Tyresö FF i Sverige.

VAD ÄR ICKEVÅLD

Istället för att sitta på sitt rum och tycka att våld är fel, är ickevåld ett sätt att göra något åt orättvisor utan att använda våld. Det kan vara att säga ifrån när någon blir retad eller att gå i ett demonstrationståg. De flesta konflikter i världen blir lösta med ickevåldsmetoder. Kolla bara på dig själv. Inte börjar du slåss varje gång du tycker annorlunda än din kompis? Många tror att man måste använda våld i större konflikter till exempel mellan länder. Det är inte sant. Man kan alltid använda ickevåld. Även i större konflikter är det smartare att prata med varandra för att komma överens.



JAG

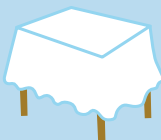
Icke våldshjältarna är vanliga personer som har valt att säga ifrån när något orättvist händer. Du kan själv bli en ickevåldshjälte. Rita ett självporträtt.

VAD SKA DU GÖRA?

Lös rebusen så vet du vad. Rätt svar hittar du på näst sista sidan.



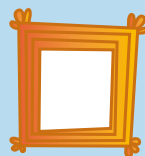
-TI



-K



K+



ICKEVÅLDS- HJÄLTAR

Här är fyra exempel på ickevåldshjältar. De är personer som har använt ickevåld för att förändra. De har visat mod och vågat stå upp mot orättvisor utan att använda våld och på det sättet gjort världen bättre.



MAHATMA GANDHI

var en advokat i Indien. Han fick nog av att människorna i Indien behandlades orättvis av Storbritannien som då hade makten i landet. Han fick med sig massor med människor som också tyckte att det var orättvist. Genom att protestera och inte lyda de orättvisa lagarna blev Indien till slut fritt från Storbritannien.

JESUS

är en ickevåldsförebild som alltid stod på de svagas sida och hjälpte utsatta människor. I Bibeln kan vi läsa om Jesus och om vad han gjorde när han levde. Jesus uppmanar oss att inte stå och titta på när vi ser att någon bli slagen eller retad. Han uppmanar oss också att säga ifrån på ett schysst sätt och inte använda våld.



LEYMAH GBOWEE

ville få slut på kriget i Liberia, där hon bor. Hon startade en organisation som protesterade mot kriget. När krigsherrarna träffades satte sig de protesterande kvinnorna runt huset som en mur och vägrade släppa ut dem förrän de bestämt sig för att skapa fred. Hon har fått Nobels fredspris för det!

ROSA PARKS

var en vanlig kvinna i USA på 1950-talet som en dag vägrade lämna plats för en vit person på bussen. De orättvisa lagar som fanns på den tiden sa att hon var tvungen att göra det för att hon var svart. När Rosa Parks agerade gjorde det att många andra också vågade protestera och så småningom togs lagarna bort.



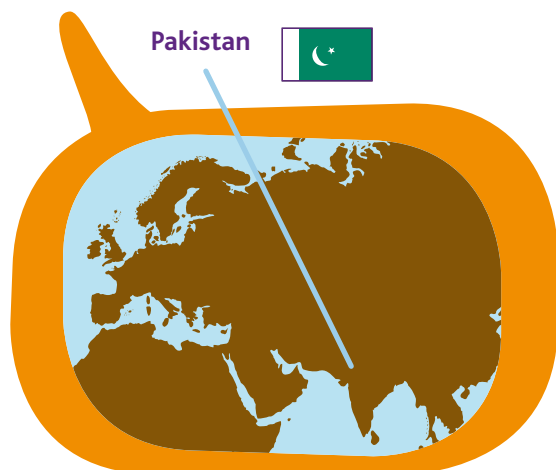
MALALA STOD UPP FÖR FLICKORS RÄTT ATT GÅ I SKOLAN



Malala Yousafzai kommer från ett land som heter Pakistan. Redan när hon var elva år gammal pratade hon om allas rätt till utbildning. Området Malala bodde i då styrdes av en grupp som kallar sig talibaner. Talibanerna tyckte att flickor inte skulle få gå i skolan och förbjöd det. Malalas pappa såg till att Malala

fick möjligheten att blogga på en stor nyhetshemsida. **I bloggen skrev hon om hur hon försökte utbilda sig trots förbudet och om hur viktigt hon tycker att det är med utbildning.** Förutom att blogga var Malala med i olika projekt och pratade inför stora folksamlingar om hur

HÄR BOR MALALA



” Jag tänker på det ofta och ser scenen framför mig. Även om de kommer för att döda mig så kommer jag att säga att det de försöker göra är fel, utbildning är en rättighet.”

Från Malalas blogg 2009.

FEM SÄTT ATT SKAFFA MOD

1 Fundera på vad som är det värsta som kan hända om du gör den modiga saken (oftast inte så farligt).

2 Öva på att vara modig framför spegeln.

3 Testa och börja vara lite modig i taget.

4 Ta hjälp av någon annan (lättare om man är två).

5 Tänk på de bra sakerna som kan hända om du vågar.



FEM TECKEN PÅ MOD

När du vågar...

1 ... göra något du aldrig gjort förut.

2 ... säga vad du tycker och stå för det.

3 ... lita på någon annan.

4 ... göra det du måste, fast det är jobbigt eller du är rädd.

5 ... göra det du drömmer om att göra.

viktigt det är att få gå i skolan. Hon blev känd och allt fler lyssnade på vad hon sa och tyckte också att lagen borde förändras. **Folk som var emot flickors rätt till utbildning kände sig hotade av Malala, trots att hon bara var tonåring. I slutet på 2012 försökte en av Malalas motståndare döda henne, men som tur var misslyckades det.** Det blev en stor nyhet i hela världen och alla ville stötta Malala. FN startade en namninsamling till hennes ära och

frågan angående flickors rätt att gå i skolan i Pakistan togs upp runt om i hela världen. I början på 2013 hade Malala återhämtat sig efter mordförsöket och började i skolan igen. **Trots att hon blev skjuten fortsätter hon att prata om det som hon tycker är viktigast, utbildning.** 2013 blev hon nominerad till Nobels fredspris, som den yngsta någonsin, 15 år gammal.

BARN HAR RÄTT

Alla barn är värdefulla och måste behandlas schysst. Det har alla världens länder kommit överens om och skrivit om i FN:s barnkonvention. Alla barn har enligt den rätt att gå i skolan, att få leka och ha bra fritidsaktiviteter. Men så är det inte överallt. I många länder tvingas

barn att arbeta istället för att gå i skolan. I Pakistan måste många barn arbeta eftersom föräldrarna har så dålig lön. I Syrien kan barn tvingas att fly från sina hem och ibland skiljas från sina föräldrar. Det är förstås inte rätt. Alla måste protestera när barn behandlas illa, både i Sverige och i världen.

SÄTT DIG PÅ TVÄREN!

Ibland är det bra att säga emot. Om det är något som du inte håller med om, till exempel att det blir mindre gympa i skolan, säg ifrån. Barn har rättigheter och åsikter och de måste vuxna lyssna på. Och du kan göra skillnad även om du är barn. Här tipsar vi dig om olika sätt som du kan protestera på.

BARN SOM HAR PROTESTERAT

En skolklass i Halmstad protesterade mot att deras klasskamrat skulle utvisas från Sverige. De gjorde namninsamlingar som de lämnade till Migrationsverket som bestämmer över utvisningsbeslut. Klasskamraten fick till slut stanna i Sverige.

Systrarna Jonna och Ellen var bara 11 år när de valde att sätta sig på tvären. När klassen skulle lussa för ett företag som gjorde vapen sa de ifrån. De tyckte inte att det kändes bra att lussa på ett vapenföretag som gör krigsvapen som dödar människor. Det var inte lätt att säga ifrån när lärare och klassen ville ha pengarna som de skulle sjunga in till klassresan. Men de stod på sig och är idag förebild för andra att våga stå upp för vad man tycker är rätt.



Vad tycker du? Skriv själv på plakatet.

SÅ HÄR KAN DU SÄTTA DIG PÅ TVÄREN

- Prata med dina kompisar, ta reda på om ni är flera som tycker samma sak. Ni får större kraft om ni är många.
 - Ta reda på om det finns någon som kan mycket om frågan och som kan ge dig bra argument.
 - Ta reda på vem som bestämmer i den fråga som du vill påverka.
 - Skicka ett brev/mejl där du berättar vad du tycker. Ge förslag på hur det kan bli bättre.
 - Bjud in den som bestämmer. Förklara hur ni ser på saken.
 - Om problemet rör skolan, ta upp frågan på elevrådet.
 - Ta reda på om det finns föreningar som är aktiva i din fråga, som du kan gå med i för att göra din röst hörd. Starta en egen förening om det inte finns någon.
 - Starta en protestlista. Be alla som tycker likadant att skicka brev/mejl till de som bestämmer och kräva förändring.
 - Kontakta media och be dem uppmärksamma problemet. Det kan vara lokaltidningen eller lokalradio.
- Läs mer på www.barnombudsmannen.se

TRO <3 FRED

” Ett viktigt ord i Bibeln är ”Shalom” som betyder ungefär ”fred överallt”. Både mellan kompisar, i samhället och i världen.

FEM BÄSTA FREDSTIPSEN

1 Protestera när du tycker att något är orättvist eller fel. Använd tipsen på förra sidan.

2 Skänk pengar till projekt som hjälper människor i andra länder där det är krig och fattigdom.

3 Köp Fairtrade-märkta varor i affären. Då får den som gjort varan tillräckligt med betalt och behandlas rättvist.

4 Sopsortera. Fred är också att ta hand om miljön.

5 Prata med andra om fred och orättvisor så blir det fler som vill göra världen bättre.



VI SOM GJORT TIDNINGEN:

SVENSKA KYRKANS UNGA

är en organisation för barn och unga i Svenska Kyrkan. Som kristna



tycker vi att det är självklart att alla människor ska få leva ett bra liv, oavsett var på jorden de bor. Du kan bli medlem i Svenska Kyrkans Unga på www.svenskakyrkansunga.se

KRISTNA FREDSRÖRELSEN

är en organisation för alla som vill agera för fred, rättvisa och mänskliga rättigheter på ett fredligt vis. Du kan bli medlem i Kristna Fredsrörelsen på www.krf.se



I SAMARBETE MED

Svenska kyrkan 
INTERNATIONELLT ARBETE

TIDNINGEN

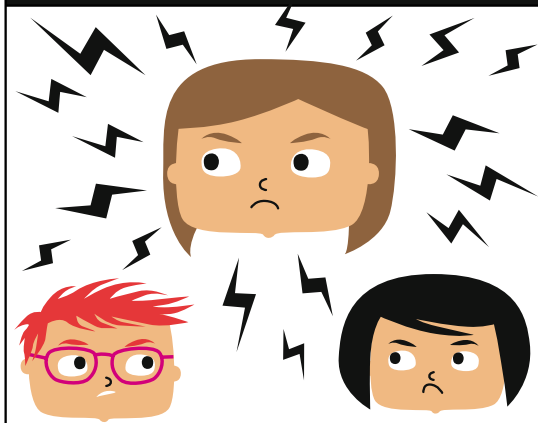
Produktionen sker med stöd från Sida. Sida har ej deltagit i produktionen och ansvaret för innehållet är utgivarens.

Redaktion: Therese Gustafsson, Anna Rehnberg, Stina Karbing, Michael Hjelt (layout), Sanna Borell (illustration) och Ulrika Lagerlöf.

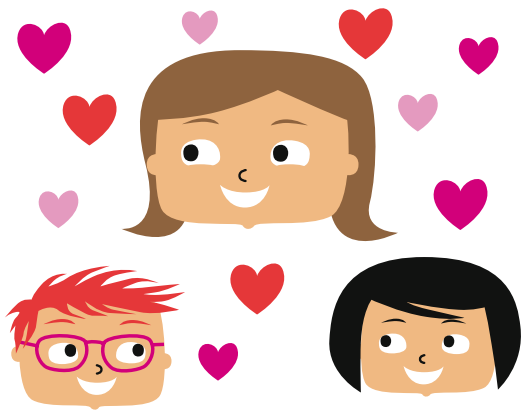
RÄTT SVAR Kompisar som hör ihop är A+E+J, B+F, C+I, C+G, D+H. Alf och Ralf hittar varandra genom B och F. Rebusen blir: Ger du en kram så får du en kram.

BRA SAKER SMITTAR

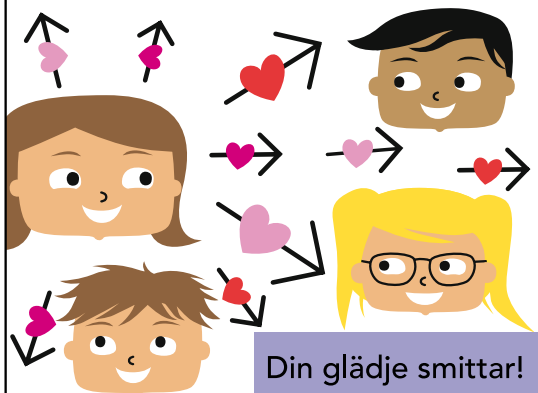
Om du är arg och sur en dag, visst är alla andra arga och sura då också?



Om du är glad och på gott humör, visst blir alla andra glada då också?



Vad händer med de som är glada?
De gör andra glada.



Om du gör en bra sak för en
kompis gör han bra saker för dig!
Och för andra.



Vill man att det ska bli fred på jorden ska man ge en kompis en kram.

