

DANMARKS *største* KVINDEBLAD

SØNDAG

NR. 01 | 04.01.16 - KR. 32,95 |

UHMMM... HJEMMEBAG

**6 LÆKRE
BRØDOPSKRIFTER**

MIN
MOR VAR
PSYKISK
SYG

TEMA

To kvinder fortæller
om en barndom,
der blev væk

Se godt (ud)

Stor brilleguide

HUN HAR INDSAMLLET
OVER 200.000 KR.

**LENE LØBER
FOR PIGERNE
I KENYA**

Boligtips

Indret med tæpper

DROP SLANKEKUREN

...og bliv et lykkeligere menneske

»Badehotellet«
dejlige Molly

**Bodil
Jørgensen**

...om at komme sig efter en
voldsom ulykke, om en lykkelig
turne og om sit nye forstadsliv

UBD



5 701837 000052 0 1



Lene i fuld fart omgivet af nogle af Kenyas dygtigste atleter, som deltog som frivillige i løbet i efteråret 2015.



Lene med sit fadderbarn, 11-årige Juliet, efter det første løb i Bondo i 2014.

KVINDER,
DER
INSPIRERER

JEG FÅR SÅ MEGET MERE IGEN

Hvad er det, der afgør, hvorfor nogle mennesker får lettet bagdelen og kommer i gang med at gøre noget, der kan gøre en forskel, mens andre bliver siddende og nøjes med at snakke videre om at gøre noget, der kunne gøre en forskel?

Lene Rohde, 53, ved det ikke. Hun ved bare, at »alt det her med løberiet« begyndte, efter at hun blev single. Efter at der pludselig ikke længere var et »Michael og mig« at forholde sig til, men kun et »mig«.

Og hun ved, at da hun stod der med udsigt til at fylde 50 - og stadig var single - og overvejede, hvordan den runde fødselsdag skulle fejres, så slog det hende pludselig: »Har jeg overhovedet lyst til at bruge en formue på at holde en fest og høre på festtaler og festsange og stå med opvasken, når alle er gået hjem?« Svaret var: »Nej, f... nej! Jeg vil bestige Kilimanjaro!«

Men hvordan hænger det sammen med at løbe for piger i Kenya, tænker du måske.

Lene ler også selv, når hun

Der er mange måder at gøre en forskel på. Lene Rohdes måde er at løbe. Indtil nu er det lykkedes hende at samle over 200.000 kr. ind til kenyanske pigers skolegang. Det hele begyndte, da Lene fyldte 50 og faktisk hellere ville noget andet end at holde en fest.

skal forklare det, men der er en sammenhæng, forsikrer hun.

- Da jeg begyndte at planlægge min tur, syntes jeg alligevel, at det blev en anelse for dekadent bare at ville bestige et bjerg. Kunne det ikke gøres med lidt mere mening?

Og jo, det kunne det. I hvert fald når man hedder Lene Rohde, er selvlært tekstforfatter, har klaret sig som selvstændig i over 25 år og i øvrigt er et ret handlekraftigt menneske.

Da Lene nåede op på toppen af Kilimanjaro, havde hun fået en række sponsorer til at give et bidrag til den humanitære organisation Plan, hvor hun i forvejen er Plan-fadder for to

børn i Bondo i Kenya. Det, at Lene stod på toppen af Afrikas højeste bjerg og viftede med et flag med alle sponsernavne, gav 62.000 kr. til Plans Pige-fond. Og Lene var lykkelig.

- At kravle op ad det bjerg er noget af det hårdeste, jeg nogensinde har gjort. Samtidig følte det så stort.

Men allerede på vej ned ad bjerget begyndte en anden følelse at trænge sig på.

- Jeg følte en stor tomhed. Jeg var nærmest deprimeret, da jeg kom ned. Jeg tror, at det var lige præcis i det øjeblik, jeg indså, at jeg ikke bare kunne stoppe her. Jeg var nødt til at blive ved med at gøre noget for at hjælpe.

- Udfordringen var: Hvad skulle jeg så finde på? Hvordan skulle jeg nu kunne samle penge ind? Og så kom idéen bare: Jeg laver en løbeklub!

Løbeklubben fik navnet Hippo Run. *Hippopotamus* betyder flodhest på engelsk. På swahili hedder flodhest *kiboko*, og det tøjdyr, som Lene har gjort til løbets særlige logo, er da også en flodhest med navnet Kiboko.

Ti skoler

Som sagt, så gjort. Siden 2012 har Lene gennem løbeklubben Hippo Run utrætteligt arrangeret en lang række familieløb og events.

Med hjælp fra løbe glade danskere, der gerne giver et bidrag for at få lov til at løbe med i et løb, og trofaste lokale sponsorer på Frederiksberg, hvor Lene bor, som gerne donerer præmier, der kan trækkes lod om, har hun indtil videre indsamlet over 200.000 kr.

Penge, der er gået til ti skoler i Bondo i Kenya og bl.a. er blevet brugt til at bygge nye la-



Lene benytter enhver lejlighed til at gøre opmærksom på den gode sag og cykler selvfølgelig altid rundt med en Hippo Run-reklame.

triner. Hvilket især pigerne har glæde af, fordi man ved, at piger, der i forvejen har svært ved at få lov til at gå i skole, ofte falder fra, når toiletforholdene er så dårlige, at der end ikke er en dør at lukke.

Men hvorfor egentlig en løbeklub?

- Det var nærliggende: Jeg var selv løber og har løbet to maratoner. Løb er min form for yoga. Det er det, jeg gerne vil give videre til pigerne i Bondo. Det giver selvtillid og styrke at løbe, både fysisk og mentalt. Penge alene redder dem alligevel ikke.

- Hvis du som pige er vant til ikke at tale til voksne mennesker, hvis du altid er kuet, og hvis det altid er dine brødre, der får først, så regner du ikke dig selv for noget. Det kan penge ikke rette op på, men det kan selvtillid måske.

På kenyansk tv

Lene har været i Kenya flere gange, både for at besøge de to børn, hun er Plan-fadder for, og de seneste to år, 2014 og 2015, også for at afvikle Hippo Run-løb i netop Bondo.

De lokale er strømmet til i tusindvis. Nogle for at løbe med. Nogle bare for at kigge på. Sidst var der repræsentanter med fra den kenyanske regering ved løbets åbningsceremoni, og Lene selv blev interviewet til kenyansk tv, hvor hun talte direkte og indtrængende ind i tv-kameraet og bad politikerne og det kenyanske folk om at bakke op om pigers ret til skolegang og lige rettigheder.

Lene planlægger også at tage til Kenya her i 2016 og er allerede i fuld gang med at jage nye sponsorer og arrangere løb og aktiviteter, som gerne skal give masser af penge til indsamlingen og skabe opmærksomhed om pigerne i Bondo.

Det er ikke altid lige nemt ▶



– Jeg finder en mening med livet, når jeg laver det her, som jeg ikke finder andre steder, siger Lene Rohde.



Toiletbygningen bagved er et af de synlige resultater af, hvad pengene fra Lenes Hippo Run-løb går til, og hvordan de gør en forskel.

at få folk til at komme til lommerne, har Lene også erfaret.

– Det kan være en hård kamp, men pengene kommer ind, fordi jeg bider mig fast. Jeg tror også, folk bliver lidt trætte af mig, når jeg står der igen og igen. Men min undskyldning er, at jeg jo ikke gør det for personlig vindings skyld. Og det gør jeg så alligevel. På en måde.

– Det lyder som en flokel, men jeg kan ikke sige det anderledes: Jeg finder en mening med livet, når jeg laver det her, som jeg ikke finder andre steder. Og når man først har oplevet den følelse, får man bare lyst til at give mere og mere, fordi man netop får så meget mere igen. Det er i virkeligheden en positiv form for egoisme.

Købe aflad

Lene kunne jo også »nøjes med« at give penge, når der er diverse indsamlinger. Hvorfor gør hun ikke bare det?

– Jamen, det gør jeg også! Jeg køber også »Hus forbi«, når jeg ser en sælger på gaden. Jeg gør alt det der.

– I Danmark har vi nærmest en tradition for, at når vi har støttet Kræftens Bekæmpelse

til jul, så har vi brugt vores velgørenhedsbudget. Vi har købt aflad. Og det er, tror jeg, fordi folk føler, at de betaler så meget over skatten. I andre lande, f.eks. USA, er der en meget større tradition for velgørelse og indsamlinger, som private står for. Der er mistroen heller ikke så stor. Jeg hører jo tit den der: Går det hele ikke til administration?

– Jeg er nødt til at have en stor organisation bag mig. Derfor samarbejder jeg med Plan Danmark. Jeg kan ikke stå ene kvinde og dele mad ud på gadehjørnerne i Kenya. Men jeg kan sige med god samvittighed, at ja, pengene går til de rigtige. Det har jeg set med egne øjne. Og jeg har selv tisset på et af »mine egne« latriner.

Lene samarbejder altså med Plan Danmark, og pengene, hun samler ind, går til Plans Pigefond, som er en del af Plan Internationals globale kampagne »Because I am a Girl«, som blev sat igang i 2011 og kører frem til 2017.

– Man kan nemt blive frustreret over, at man ikke kan redde hele verden. Jeg ved også godt, at 200.000 kr. er småpen-

ge i forhold til, når f.eks. Danmarks Radio samler mange millioner ind ved en landsindsamling. Men mit budskab er bare, at de små bidrag også gør en forskel. Som en eller anden engang har sagt, hvem ved jeg ikke, men det er smukt sagt: En revolution sker ikke på baggrund af en enkelt handling, men på baggrund af tusindvis af bittesmå episoder.

Stiller ikke løbeskoene

Historien om Lene og Hippo Run og pigerne i Kenya begyndte jo egentlig med, at Lene blev single.

– Det var med til at udfylde et tomrum i mit liv, siger hun ærligt.

– Men nu, tilføjer hun, er jeg kommet dertil, at jeg aldrig mere kan vende ryggen til. Jeg har lovet mig selv, at jeg ikke stiller løbeskoene, før alle piger i Bondo får samme muligheder som deres brødre. Sådan er dét bare!

Og ja, Lene har også en fremtidsdrøm, eller nej: Lene *drømmer* ikke. Lene *lægger planer*. Og planen er, at hun skal have samlet penge nok ind til, at hun kan åbne et børnehjem i Bondo.

– Bare et lillebitte et med plads til en lille håndfuld udsatte piger, som jeg kan sørge for kommer godt i vej. Det bliver hverken i morgen eller overmorgen, det sker. Men jeg skal nok få det til at lykkes. ■

LØBER FOR PIGERNE

* Hverdagen for piger i verdens lande er lig med hårdt arbejde, vold og overgreb. Fordi de er piger.

* 62 millioner piger går ikke i skole. Fordi de er piger.

* Piger udsættes for diskrimination og nægtes sundhedspleje og uddannelse. Fordi de er piger.

* Læs evt. mere på www.plandanmark.dk og www.hipporun.dk eller følg Hippo Run på Facebook.