

Røde Kors

MAGASINET

NR 2 - 2022

Tusen takk
for støtten!

Side 14

Reisebrev fra
Syria og Libanon

Side 22

Førstehjelp på
sommerturen

Side 30



Krigen i Ukraina:

Det livsviktige hjelpesarbeidet

Innbyggerne i den lille byen Irpin måtte flykte da bombene falt. Røde Kors er midt i krisen og gjør en enorm innsats i hjelpesarbeidet over hele landet.

Ønsker du å tilgodese dine hjertesaker i testamentet?

Har du spørsmål rundt opprettelse av testament?

Lurer du på hvem som kan arve deg, eller hvordan et testament skal se ut?

Hvordan går du frem dersom du ønsker å gi deler av arven til veldedige formål?

Velkommen til åpent informasjonsmøte om arv og testament:

Oslo: 12. september

Trondheim: 19. september

Bergen: 22. september

Advokat og assosiert partner Jacob Winderen Lindegaard i Brækhus Advokatfirma informerer om arvereglene og viser på en enkel og forståelig måte hvordan man kan opprette et testament. Organisasjonene som inviterer vil være til stede for spørsmål, og stiller med egne jurister som kan bistå videre.

Arrangementet er gratis, men krever påmelding. Enkel servering. Gå til www.arvenetterdeg.no eller ring Siri Antonsen i Røde Kors på telefon **916 21 942** for mer informasjon.

Vennlig hilsen



Leder

En sterk vilje til å hjelpe

Mange millioner mennesker ble kastet ut av hverdagen sin og inn i et mareritt av frykt, vold, usikkerhet og redsel da konflikten i Ukraina ble trappet opp til en invasjonskrig 24. februar.

Krigen i Ukraina kommer direkte til oss, fra et land bare noen timers flytur unna. De humanitære behovene er enorme, både fysisk og psykisk. Det vil de være i lang tid.

Røde Kors var til stede i Ukraina gjennom Ukraina Røde Kors og Den internasjonale Røde Kors-komiteen ICRC da invasjonen startet. Konflikten i Ukraina har pågått siden 2014, og ICRCs operasjon i landet er blant de ti største i verden med 600 ansatte. Her i Norge omstilte frivillige seg på veldig kort tid fra pandemiinnsats til å bidra i en helt ny krisesituasjon.

Allerede i løpet av det første døgnet med nødhjelpsinnsamling, ble det klart at giverviljen i det norske folk er rekordhøy. Også bedrifter og næringslivspartnere har gitt store bidrag til hjelpearbeidet. Her i Norge er Røde Kors-frivillige til stede i alle faser av flyktingenes reise, helt fra de først ankommer og trenger det mest nødvendige, til de skal finne seg til rette i norske lokalsamfunn.

Røde Kors er grunnlagt ut fra ønsket om upartisk å bringe hjelp til de sårede på slagmarken. Både i vårt internasjonale og nasjonale arbeid streber vi etter å forebygge og lindre menneskelig lidelse. Røde Kors yter hjelp uten hensyn til

nasjonalitet, etnisitet, trosbekjennelse, samfunnsklasse eller politisk overbevisning. I konfliktområder og overalt ellers jobber Røde Kors etter et sett prinsipper som har som mål at vi skal nå fram til dem som trenger det mest, med den hjelpen de trenger.

Hjelpen når fram i Ukraina. Røde Kors har sørget for evakuering av sivile, våre mobile helseklinikker sikrer livsviktig helsehjelp og mange hundre tonn med nødhjelp er sendt og tatt i bruk. Samtidig jobber våre delegater døgnet rundt inne i landet. I Ukraina har vi siden invasjonen startet hatt norske delegater som er helsepersonell, og andre som jobber med beskyttelse, logistikk, finans, datahåndtering og kommunikasjon.

Når krig rammer byer, og det brukes eksplosive våpen, er 90 prosent av ofrene sivile. Sivile og sivile bygninger som skoler, sykehus og butikker er ofte nært plassert militære mål, noe som gjør at krigføringen raskt kommer i strid med humanitærretten. Det vi de siste månedene har sett i Ukraina, kjenner vi fra Syria, Afghanistan og mange flere steder. Å sikre beskyttelse av sivile som havner

i krig i urbane områder, har lenge vært en viktig sak for Røde Kors i Norge. Vi appellerer til stater om å unngå eksplosive våpen i byer og til å støtte en politisk erklæring om å endre krigføring i byer og beskytte sivile.

Krig er meningsløs lidelse, der liv blir ødelagt og familier kommer bort fra hverandre. I denne krisen er det godt å se den humanitære kraften som trer fram, gode krefter kommer sammen for å hjelpe. Jeg vil rette en stor takk til alle som bidrar, all hjelp kommer til nytte.

Bernt G. Apeland
Generalsekretær i Røde Kors



« Når krig rammer byer, og det brukes eksplosive våpen, er 90 prosent av ofrene sivile.

RØDE KORS-MAGASINET
01/2022 – 102. ÅRGANG

Utgiver: Røde Kors i Norge
President: Thor Inge Sveinsvoll
Generalsekretær: Bernt G. Apeland

Ansvarlig redaktør: Øistein Mjærum
Redaktør: Marianne Wellén
Telefon: 22 05 40 00
E-post: marwel@redcross.no
Forsidefoto: ICRC

Design: Spoon AS
Spoon
spoonagency.no
Trykk: Panzerprint AS
Trykt utgave: ISSN 1503-5786
Digital: ISSN 1892-7971

Slik kan du hjelpe!
Se rodekors.no eller ring 22 05 42 20

- » Gi fast hver måned til vårt arbeid i Norge eller internasjonalt
- » Bli medlem og hjelp i ditt nærmiljø
- » Bli frivillig og gi av din tid

Har dere adresseendringer eller andre henvendelser:
Kontakt kundeservice på rodekors.no

Følg oss på: [facebook.com/rodekors](https://www.facebook.com/rodekors) twitter.com/rodekorsnorge [instagram/rodekorsnorge](https://www.instagram.com/rodekorsnorge)

Arven etter deg

Krigens sanne ansikt

For bare noen måneder siden var Bucha en rolig, liten by i utkanten av Kyiv. Så, midt i april, ble byen til et inferno av harde kamper og beskytninger. De fleste av de 300.000 innbyggere flyktet. Men mange eldre og syke ble igjen. De verken kunne eller orket å flykte. Mange av dem er alene. De er uten varme, vann eller strøm. De er dypt traumatiserte og bryter ofte i gråt når de deler glimt av hvordan livet er for dem i dag.

Tekst: ICRC/Marianne Wellén Foto: Alyona Synenko/ICRC



Ivan, 40

Sammen med min kone og våre tre barn gjemte vi oss i kjelleren. Vi hørte skyting utenfor. Marina, min kone, sluttet å spise fordi hun var så redd. Så en morgen våknet hun ikke. Vi begravde henne ute på gårdsplassen til bygården vår. Jeg tenker på alle tingene vi ønsket å gjøre sammen, men utsatte det stadig det til senere.



Galina, 71

Naboene ga oss maten da de dro. Jeg ble værende for å ta vare på datteren min. Hun er 51 år og sluttet å gå på grunn av for mye stress. Vi hørte eksplosjoner, men kunne ikke gå ned i kjelleren. Selv når det er stille, klarer jeg ikke å sovne av frykt.



Vasyi, 65

Gå til det ukjente? Dø et sted på veien? Nei, jeg foretrekker å dø hjemme. Sammen med søsteren min gjemte vi oss i kjelleren. Jeg varmer opp en vannkoker og setter den ved siden av sengen min for å holde varmen.



Natalia, 68

Våre barn og barnebarn dro og vår gudssønn forsvant. Nå er det bare meg og mannen min igjen. Alle vinduene våre ble knust av granater. Flere netter etter det, klarte jeg ikke å legge meg. Jeg synes synd på dyrene. Vi har høner, kaniner og duer. Jeg mater fem katter og en hund etterlatt av naboene. Vi har alle forandret oss. Unge mennesker ble gamle.



Vladimir, 59

Familien min dro, men jeg bestemte meg for å bli for å holde et øye med huset mitt. Kyllingene mine, hundene mine, grønnsakshagen min.



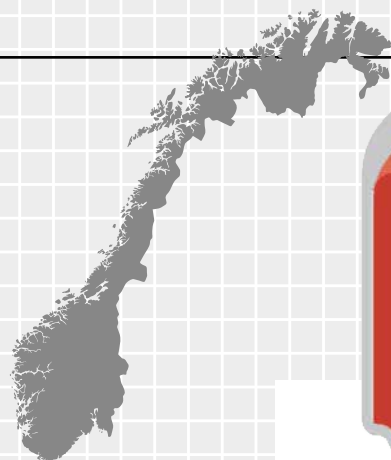
Tamara, 75

Våre barn og barnebarn dro. Jeg ble igjen hos mannen min. Han er 85 år og kan ikke gå. Jeg mater ham, hjelper ham med å skifte klær. Vi lever uten strøm, uten gass, uten vann. Lyden av krigen og bombingene hjemsøker meg. Vi har ingen steder å dra. Hvem trenger oss?

Galina, 70

Alle våre naboer dro. Min første sønn er gravlagt her, og jeg ville ikke forlate graven hans. Min andre sønn sa til meg: "Mor, jeg vil ikke la deg være alene." Så vi ble sammen. Frykten gjorde meg gal. Jeg ber dag og natt.

RØDE KORS I NORGE



Hjertelig takk til alle blodgivere

14. juni er den internasjonale blodgiverdagen. Røde Kors retter en stor takk til alle som hver dag bidrar til å redde liv med sitt eget blod.

Mange livsviktige medisiner og behandlinger som vi tar for gitt, finnes takket være mennesker som frivillig setter av tid og bokstavelig talt gir av seg selv. At vi har en internasjonal blodgiverdag, viser hvilken uvurderlig innsats blodgivere gjør for samfunnet.

Blod må gis – hver eneste dag

Blod kan ikke fremstilles kunstig, men må gis og har begrenset holdbarhet. Derfor trenger blodbankene nye forsyninger hele tiden. Selv om mange nye blodgivere kommer til hvert år, er det dessverre også mange som slutter å gi blod av ulike årsaker.

Norge mangler 40 000 blodgivere. Det betyr at hver blodgiver må stille opp i større grad.

Blodgivere gjør en uvurderlig innsats for at menneskeliv ikke skal gå tapt.

Tusen takk for at du gir blod!



Mange elever har spørsmål om krig og hvilke regler som gjelder. I løpet av de første tre timene regler i krig, kom det inn over 15.000 spørsmål fra elevene digitalt.

Digital undervisning om regler i krig

Mange barn og unge i Norge er bekymret for krigen i Ukraina. I vår har Røde Kors derfor hatt undervisningsopplegg for elever på barneskolen, ungdomsskolen og videregående skole.

Gjennom henvendelser til Kors på halsen merket vi at mange barn og unge er bekymret for krigen og om man er trygge i Norge. Vi vet at barn og unge har behov for nøytral og tilrettelagt informasjon om det som skjer i nyhetsbildet. Vi har også merket en stor etterspørsel fra lærere som ønsker å spre kunnskap om krigens folkerett, sier John Harald Bondevik i Røde Kors, som ledet arbeidet med å utvikle nye undervisningsopplegg for elever på ulike skoletrinnsnivåer.

Røde Kors jobber med å utvikle undervisningsopplegg på flere temaer. Selv om fokuset på krigen i Ukraina er

stort akkurat nå, betyr ikke det at andre utfordringer forsvinner.

Ensomhet og utenforskap er blant de største humanitære utfordringene i Norge. Derfor lanserer vi etter sommeren undervisningsopplegget "Inkludert meg?" om ensomhet og utenforskap, for ungdomsskolen og videregående skole. Opplegget, som inkluderer blant annet filmer, plakater, elevhefte og lærerhefte, har vært testet på flere skoler allerede, forteller Bondevik.

Les mer om undervisningsopplegget på nettsiden naarkrigenraser.no

Foto: Siri Sigurdson/dottr



Fjellsykkiprisen 2022 ble delt ut i påskeuken ved korpshytta i Trondheim av landsrådsleder i Røde Kors landsråd Hjelpekorps, Kjersti Løvik.

Fjellsykkiprisen

- Røde Kors opprettet prisen i 1995 for å påskjønne personer, grupper eller institusjoner som har utmerket seg eller vært en god ambassadør for friluftsliv, spesielt i fjellet.
- Tidligere mottakere av prisen er blant andre Arne Næss sr., Nils Faarlund, H.M. Dronning Sonja, H.K.H. Kronprins Haakon, Lars Monsen, Cecilie Skog og varslingsstjenesten varsom.no.

Har bidratt til å redde folk i fjellet i rundt 50 år

– Det er stas og veldig overraskende. Det er mange å velge blant, og jeg blir selvsagt glad for oppmerksomheten, sier Albert Lunde som i år ble tildelt fjellsykkiprisen.

Albert Lunde har i mange år vært aktivt medlem i Røde Kors Hjelpekorps og brenner for fjellredning og særlig snøskred. Han har

tidligere erfaring som hundefører i Norske Redningshunder og er aktiv i Norske Alpine Redningsgrupper. Lunde doktorerte i 2019 med «Risk management in Norwegian avalanche rescue operations».

Engasjementet og merittlisten til prisvinneren er imponerende. Han har vært medlem og leder i Røde Kors sin

ressursgruppe skred i mange år og faglig ansvarlig for Røde Kors sin utdanning til Fagleder Skred. Han var også pådriver for nasjonal veileder for redningstjenesten ved snøskredulykker og medarrangør for den første Skredkonferansen i 1994, en konferanse som la grunnlag for dagens nordiske skredkonferanse.

Møtte frivillige og ansatte

I begynnelsen av mars var president i Røde Kors Thor Inge Sveinsvoll og stortingspresident Masud Gharahkhani på besøk på det nasjonale ankomstsenteret på Råde i Østfold.

Her snakket de med flyktninger fra Ukraina og fikk høre historiene de hadde å fortelle fra hjemlandet.

De møtte også frivillige og ansatte i Røde Kors og fikk høre om det gode arbeidet som blir gjort på ankomstsenteret.

– Det gjør meg trygg på at Røde Kors gjør en god jobb, og jeg setter pris på alle som stiller opp der det trengs mest, sier Thor Inge Sveinsvoll.



Foto: Nora Alette Sandberg

Hjelpearbeid midt i krigen

Krigen i Ukraina har drevet flere millioner mennesker på flukt, både i og ut av landet. Røde Kors gjør en enorm innsats for å hjelpe.



Bombet i stykker

Irpin, en gang en pendlerby i Kyiv-regionen, er full av røyk og steinsprut.

Bygningene er bombet i stykker og det er nå de mest sårbare menneskene som fortsatt bor der. De som kunne forlate byen flyktet så raskt de kunne. Forlatte biler står i

en lang rekke på hovedveien ut av byen. 1. april klarte Den internasjonale Røde Kors-komiteen (ICRC) å besøke Irpin, som normalt har en befolkning på rundt 60.000 mennesker, for å hjelpe de som fortsatt er igjen i byen. De er hjemløse, eldre eller de har begrenset mobilitet.



– Jeg trodde aldri at jeg skulle oppleve noe slikt som dette i mitt liv, forteller Helen som sammen med datteren Aleksia (6 år) går en usikker framtid i møte.

Flyktet fra bombene og drømmer om trygghet

Helen og datteren Aleksia (5 år) flyktet fra Bucha. Stedet som hele verden nå har hørt om rett nord for hovedstaden Kyiv. Stedet som har blitt kjent etter at grusomme historier har kommet fram.

Da de ikke lenger kunne finne trygge steder å være, klarte de å komme seg på et tog som fraktet mor og datter vestover, sammen med tusener av andre som har flyktet.

Først prøvde de å gjemme seg unna inne i leiligheten, men da det ikke var trygt nok flyktet de til en metrostasjon, der de kunne oppholde seg og overnatte under bakken. De sov rett på det kalde gulvet i mange dager. Nå har de kommet til byen Ternopil, som ligger i et område der det ikke har vært kamper. De har kjente i byen, men de har allerede tatt imot andre familier som har søkt tilflukt hos dem. I løpet av få uker har millioner av mennesker flyktet fra sine hjem i Ukraina. I noen områder har folketallet doblet seg.

– Vi kommer til å flykte herifra også dersom det blir farlig her, forteller moren.

Datteren Aleksia er også redd, men moren har gjort sitt beste for å berolige henne.

– Dersom jeg viser at jeg er redd, blir det bare vanskeligere for henne. Jeg skulle gjerne gjort mer for henne, men jeg kan i det minste forsøke å gjøre henne trygg. Jeg snakker med henne hele tiden, forteller Helen. Da bombene smalt rundt dem forsøkte moren å snakke rolig til datteren, selv om hun også var redd for livet sitt.

Helen fikk høre at Røde Kors kunne hjelpe av venner i byen, og hun søkte opp adressen på nettet. Hun har fått mat, klær, såpe og andre ting de trenger for å leve. Det var ikke stort de fikk med seg da de måtte flykte.

– Jeg trodde aldri at jeg skulle oppleve noe slikt som dette i mitt liv, forteller Helen.

Aleksia blir seks år til sommeren skal egentlig begynne på skolen. Men akkurat nå er alt usikkert. De har flyktet fra sitt hjem og vet ikke hvilken skole hun kan begynne på, eller om det vil være trygt nok å gå på skolen.

– Før hadde de et vanlig liv og Aleksia gikk i barnehagen. Men nå handler alt om å berge livet, sier moren. Datterens store drøm om å reise til kysten for å se havet har nå blitt overskygget av drømmen om et trygt land.

Får hjelp på Røde Kors-huset

I lokalene til Ternopil Røde Kors kommer mange for å få hjelp.

Huset er fullt av kasser med klær, mat og utstyr. Familien Sahnovski har flyktet fra Bucha, Kocubynske i Kyiv. Far Anatoliy og mor Viktoria er oppløst i tårer. Sønnene Ladik (9 år) og Maxim (5 år) har vært med på en farefull flukt og er veldig redde. De kom til Ternopil med et av togene som evakuerte folk fra Kyiv.

– Vi hørte alle bombene og skytingen. Vi prøvde å gjemme oss på badet, slik at vi i det minste hadde flere vegger rundt oss. Vi var veldig redde og sjokkerte over det som skjedde.

Da de flyktet fra Kyiv til Ternopil fikk de nesten ikke med seg noen eiendeler. På Røde Kors-huset i Ternopil har de fått en pose med klær, mat og noe utstyr for å vaske klær.



– Vi hørte bombene og skytingen og var veldig redde, forteller Viktoria og Anatoliy Sahnovskiy, som måtte flykte med sønnene Ladik (9) og Maxim (5).

Foto: Arild Blomkvist



– De kan bli så lenge de trenger. Jeg ønsker bare å hjelpe, sier Larisa til Valeria (16) og Gina (23) (t.h.).

Måtte flykte fra raketene

Valeria (16) og Gina (23) (t.h.) er tremenninger og har flyktet fra fra Kyiv i Ukraina til landsbyen Trebisauti i Moldova.

Der får de nå bo hos Larisa (i midten). Jentene er helt alene på flukt fra krigen. Gina gjemte seg i et parkeringshus i tre dager, men frykten for angrep fikk henne til å dra.

– En raket ble skutt ned der jeg bodde, men deler av den falt ned på bakken og eksploderte.

Hun rakk å pakke med seg noen varme klær, mens Valeria fortsatt går med de samme klærne. Hjemme hos Larisa har jentene hatt en trygg seng å sove i.

Moldova er et av Europas fattigste land, men har likevel tatt imot i underkant av 400.000 flyktninger.

I slutten av mars var det rundt 104.000 som oppholdt seg i landet og 98.000 ble innlosjert i private hjem.

I regionen Briceni, der det bor til sammen 5.000 innbyggere har 333 ukrainske flyktninger fått husly fordelt på 66 familier. Det er behov for mathjelp, tepper, hygieneartikler og klær til flyktningene, og økonomisk trygghet.



Foto: Olav A. Saltbones

Ble frivillige på to dager

Ekteparet Eugene Khoptinskiy og Bohdana Furman ble frivillige i Røde Kors to dager etter at krigen startet. Begge mistet plutselig jobbene sine.

Eugene er fotograf og tar oppdrag innen mote og bryllup, og Bohdana er leder i et stort eiendomsselskap. Nå har de to ansvaret for Røde Kors sitt lager i Khmelnytsky, og holder lageret åpent og i orden hver dag. Varene de har på lageret kommer inn på mange forskjellige måter, både donert fra folk i Ukraina og fra frivillige og organisasjoner fra andre land. De som kommer for å få hjelp her trenger alt mulig.

I Khmelnytsky vest i Ukraina kom det i løpet av tre uker rundt 250.000 mennesker. Mange av dem, rundt 70.000 mennesker har bestemt seg for å bli her. 20.000 av dem i sentrum av Khmelnytsky.

– Vi kan ikke bare sitte hjemme og se på nyhetene. Vi vil hjelpe folk, forteller ekteparet Eugene Khoptinskiy og Bohdana Furman.



Foto: Anette Meaas Andresen

Røde Kors kommer på hjemmebesøk

Norges Røde Kors etablerer nå 20 mobile helseenheter vest i fylkene Ternopil og Khmelnytsky i Ukraina og rekrutterer lokalt helsepersonell.

Norges Røde Kors jobber tett sammen med Ukraina Røde Kors med driften av de mobile helseenhetene. Røde Kors gir medisinsk hjelp hjemme hos folk som trenger det.



Foto: Arild Blomkvist

Torben Børke-Henriksen besøkte flyktningene i Moldova.

– Stor vilje til å hjelpe

Seniorrådgiver i Røde Kors, Torben Børke-Henriksen, besøkte nylig vertsfamilier i regionen Brenici, helt nord i Moldova. Her oppholder det seg over 300 flyktninger hos 66 familier.

– Fattigdommen er like stor som gjestfriheten, men de deler det lille de har, og de lokale heltene her er mange, til tross for lite penger og lite mat.

Han beskriver både en stor vilje til å hjelpe og store humanitære behov.

– Vertene trenger mathjelp, tepper, hygieneartikler og klær til flyktningene, og økonomisk trygghet slik at de kan ivareta dem, og for å unngå at det oppstår friksjon mellom flyktningene og vertsfamiliene.

Det lokale Røde Kors bistår de lokale myndighetene med å ta imot flyktningene som kommer. De deler ut mat og hygieneartikler, SIM-kort og gir informasjon om veien videre.

– Unge frivillige har stått på døgnet rundt i flere uker for å hjelpe både vertsfamilier og flyktninger. De bidrar med å vaske og forberede vertshjemmene, og fremover vil de også sitte barnevakt for dem som velger å bli boende i regionen og som skal søke seg jobb, sier Torben Børke-Henriksen.

Det er regler i krig

24. februar invaderte Russland nabolandet Ukraina. Etter kort tid startet kamp-handlinger i og rundt ukrainske byer og hovedstaden Kyiv. Skoler og sykehus er lagt i ruiner, barn og voksne er drevet ut av hjemmene sine til en usikker fremtid. Partene har brukt tunge, eksplosive våpen, og de sivile lidelsene er enorme.

Tekst: **Marianne Wellén**

Regler i krig skal sikre at ikke-stridende blir behandlet human. Da menes sivile, sårede og krigsfanger. Reglene er undertegnet og godkjent av alle 193 medlemslandene i FN, inkludert Russland og Ukraina. I tillegg til tre stater med observasjonsstatus i FN.

– I Ukraina ser vi hvor ødeleggende krigføring i byer er. Etter at konflikten startet ser vi hvor brutalt hardt sivile rammes og hvordan sivil infrastruktur ødelegges. Det er lokale nabolag som blir frontlinjer, og det er de sivile, barn og eldre som bærer de største konsekvensene, sier Ivar Stokkerei, leder for folkerettsenheten i Røde Kors i Norge.

Når krigen dras inn i byer blir nødvendige tjenester som vann-tilførsel, strøm og helsetjenester ekstremt sårbare. Ødeleggelse av sivil infrastruktur har ført til at hundre tusener av mennesker i hovedstaden Kyiv og andre byer har mistet elektrisitet og tilgang til rent vann.

– Det skaper langvarige humanitære utfordringer, og gjør det vanskelig for sivile å få dekket grunnleggende behov som tilgang til rent vann, strøm og varme. Store boligblokker har blitt totalødelagt, og mange har mistet hjemmet sitt. Veier og broer har også blitt skadet, noe som gjør det vanskelig å komme seg inn og ut av byen. Det gjør det vanskelig for humanitære organisasjoner å komme fram med livsnødvendig hjelp og beskyttelse, sier Stokkerei og legger til at bruk av våpen som opprinnelig er designet for kamper i åpne områder, kan påføre enorm skade mot sivile i byområder.

Alle nasjoner har forpliktet seg

For over 70 år siden ble Genèvekonvensjonene av 1949 vedtatt som et resultat av de humanitære lidelsene 2. verdenskrig påførte, og som statene ville unngå i fremtidige konflikter. Disse konvensjonene, også omtalt som krigens folkerett, bygger ut det regelverket grunnleggeren av Røde Kors Henry Dunant startet som følge av sine opplevelser ved slaget ved Solferino i Italia i 1859.

De tre viktigste reglene som hver enkelt nasjon har forpliktet seg til å respektere er:

- Sivile personer og objekter skal ikke angripes
- Alle har rett til medisinsk hjelp og behandling
- Alle skal behandles human

Les mer om Krigens folkerett og Genèvekonvensjonene på rodekors.no



Det viktigste er å gi trygghet

Lege Fridtjof Heyerdahl var med på den første evakueringen fra Azovstal, stålverket i byen Mariupol, der hundrevis av sivile søkte tilflukt.

Tekst: **Olav A. Saltbones**

I fem uker jobbet den norske legen i et team fra Den internasjonale Røde Kors-komiteen (ICRC) i Ukraina.

Howdan fungerer en slik evakuering?

Først må partene i konflikten bli enige om en avtale for hvordan det skal gjøres. Røde Kors og FN snakker med begge partene og blir med på det praktiske for å sikre at evakueringen skjer etter humanitære prinsipper. Vi er først og fremst til stede for å hjelpe og for å være en garantist for at det er trygt for de sivile som vil evakueres.

Da avtalen var i havn var vi 13 personer i fem biler fra Røde Kors og FN.

Mellom disse bilene hadde vi en konvoi på 50 busser og 20 ambulanser. Det var

vanskelige forhold. Vi hadde busser som satt fast i gjørme og måtte trekkes ut. En buss punkterte og en buss fikk motorstopp og måtte taues. Underveis måtte vi overnatte på gulvet i et klasserom på en barneskole. Det ble en del improvisering underveis for at alle skulle komme fram og ikke bli etterlatt i et område hvor det ikke var trygt.

Hva var det som møtte dere ved stålverket?

I stålverket hadde flere hundre sivile vært i skjul i flere måneder. I forferdelige omgivelser var hver dag en kamp for å sikre det aller mest basale, som vann og mat og varme. Da de kom ut, var de først og fremst redde. Det de trengte var trygghet. Trygghet for at det ikke skulle skje noe med dem under evakueringen. Noen trengte også helsehjelp. Det var folk med bruddskader, brannskader og kronikere som ikke hadde hatt medisiner sine på mange uker. Og mange trengte rett og slett å ha noen å snakke med.

Hva fortalte folk til deg da de ble evakuert ut?

En av dem sa at dette var som å være med i en skrekkfilm det ikke var mulig å skru av. Jeg spurte om han følte seg trygg



Fridtjof Heyerdahl jobber til vanlig i Norsk Luftambulans og på Ullevål sykehus, men gjør oppdrag internasjonalt for Den internasjonale Røde Kors-komiteen.

nå da vi var der med Røde Kors-vester, selv om det var i en telteir omringet av militært personell. Han svarte at i tanke skjønte han at han burde være trygg, men kroppen var ikke trygg ennå, og det ville ta lang tid.

Hva er det viktigste Røde Kors gjør i Ukraina nå?

Den viktigste jobben er å være der. Rett og slett å være synlige og stå trygt som en nøytral part mellom partene. Å garantere for enkeltpersoner og de sivile som trenger hjelp. Så tilstedeværelse er faktisk det aller viktigste.

Fakta om krigen i Ukraina

pr. 13. mai 2022

- Over 13 millioner mennesker har flyktet internt eller over landegrensen.
- Antall internt fordrevne er nå anslått til minst 8 millioner.
- FN anslår nå at 24 millioner mennesker vil trenge humanitær hjelp.
- Minst 7.300 sivile er skadet eller drept i kamphandlingene, men tallene er sannsynlig høyere.
- Røde Kors og Røde Halvmåne-bevegelsen gir humanitær hjelp i Ukraina, i nabolandene og i mottaksland.
- Norges Røde Kors har sendt nødhjelp og har flere ansatte i Ukraina og i nabolandene.
- Norges Røde Kors oppretter mobile helseklinikker i samarbeid med Ukraina Røde Kors (URK), og skal levere ambulanser til URK.

Ukrainere blir jaget på flukt fra sine hjem. Her har mange ankommet byen Lviv med tog, kun med bagasjen de greide å få med seg.





Krigen i Ukraina:

Tusen takk for støtten!

Norge har vist en fantastisk giverglede til de som er rammet av krigen i Ukraina. Med det norske folk og næringsliv i ryggen kan Røde Kors gi livsviktig nød- og helsehjelp.

Tekst: Camilla Gilje Thommessen

Vi har ikke sett noe lignende siden siden tsunamien i 2004. Givergleden hos det norske folk og i norske bedrifter har vært enorm fra dag én, forteller markedssjef i Røde Kors Nina E. Larsen.

Siden krigen brøt ut 24. februar har det kommet inn 255 millioner kroner til Røde Kors' arbeid for de rammede (tall per mai 2022).

Givere i alle fasonger

Giverne er mange, og støtten kommer fra bedrifter, privatpersoner, konserter, basarer, Facebook-

«Et viktig prinsipp for Røde Kors er nøytralitet. For å kunne bevare alles tillit tar Røde Kors aldri parti.»

Nina E. Larsen

innlegg og Spleis-aksjoner, blant mye annet.

– Vi er så takknemlige for at folk viser oss denne tilliten. Pengene går til livsviktig nødhjelp i Ukraina og områdene rundt, samt til de som må flykte fra krigen. Den største hjelpeoperasjonen er i Ukraina. Vi har folk på bakken der, men det er vanskelig å drive hjelpearbeid i en krig. Frivillige utfører mye av jobben, akkurat som her i Norge, sier Larsen.

Hjelper både i og utenfor Ukraina

I begynnelsen handlet hjelpearbeidet om helt elementære oppdrag som å dele ut mat, vann og medisiner. Det er ingen enkel oppgave i en krig som eskaleres og når de humanitære behovene og lidelsene stadig øker. Røde Kors etablerer nå også flere mobile helseteam og sender medisiner og ambulanser til Ukraina. I tillegg er Røde Kors i fullt arbeid både i nabolandene og i Norge for å hjelpe flyktninger.

– Et viktig prinsipp for Røde Kors er nøytralitet. For å kunne bevare alles tillit tar Røde Kors aldri parti. Det gir oss også tilgang til å hjelpe der mange

andre ikke kommer til, forklarer Larsen.

Den enorme støtten fra Norge bidrar til at Røde Kors kan være der for de som trenger det i uoverskuelig framtid.

– Ingen vet når krigen tar slutt, og uansett vil

etterdønningene vare i mange år. Ukrainerne kommer til å trenge all den hjelpen de kan få. Jeg vil rette en stor takk til alle som støtter oss på ulike måter. Hvert eneste bidrag har stor betydning, sier hun.

Bedrifter med stort hjerte

Norske bedrifter stiller opp når det trengs, både med penger og produkter. Her er et knippe av dem som har bidratt til krigsforene:

- Møller Mobility Group har gitt to millioner kroner og donert fem biler. De ble kjørt til Ukraina av Røde Kors og bidro til å styrke innsatsen i landet.
- Flere bedrifter har gitt produkter til Nasjonalt ankomstsenter for flyktninger i Råde:
 - IKEA har levert kosebamser, ryggsekker og tegnesaker til barn, i tillegg til pengestøtte.
 - Coop har levert mat, drikke og hygieneartikler, samt gitt penger.
 - Nortura har gitt proteinrike supper.



Håkon Jacob Røthing og Jørgen Haldorsen i Røde Kors merker en av bilene fra Møller Mobility Group som ble brukt i hjelpearbeidet.

Foto: Røde Kors



Støttekonserter Sammen for å hjelpe på NRK i mars ga 75 millioner til ofrene for krigen i Ukraina. Artister som Trygve Skaug, Sissel Kyrkjebø og Jarle Bernhoft bidro på kort varsel.



Erlend Schei har startet Nerd Aid.

Over ni millioner fra nerdene

Erlend Schei er mannen bak Nerd Aid, som har samlet inn mer enn ni millioner kroner til Ukraina fra «nerds og kollegaer i IT-bransjen».

– Det gikk litt sport i å gi alskens merkelige nerdete beløp. Ikke mange aksjoner kan skilte med hundrevis av donasjoner på 314, 512, 1024, 1337 og 1618 kroner; tall som har litt spesiell betydning for mattehuer og IT-folk, sier Schei. De som gir, er i hovedsak folk fra IT-bransjen. De har nok en ekstra tett knytning til Ukraina gjennom kollegaer i landet.

– Nerder flest har en spesielt godt utviklet evne til å ta tak i et problem, bryte det ned i håndterbare biter og forsøke å løse oppgaven. Vi løser neppe konflikten, men ser at vi kan gjøre en stor forskjell, sier Schei.

Pengene går uavkortet til Røde Kors via den digitale innsamlingskanalen Spleis.

Foto: Håkon Jacobsen/Oslo Origo



Foto: Frida Hall Bolstad

Frida Hall Bolstad, Vlad Sedin, Silje Thronsen, Ena Abdic og Jorun Irene Høidalen har skapt et god miljø sammen med lokale ungdom og flyktinger fra Ukraina.

Ungdom hjelper ungdom

Da flyktingene fra Ukraina begynte å komme i begynnelsen av mars, har fellesverkene i Skien og Porsgrunn inkludert ungdommene i de daglige aktivitetene.

Tekst: **Kjersti Veel Krauss**

Ukraina var Vlad (21) en vanlig ungdom. Han studerte jus, gjorde seg klar til det voksne livet og besøke ei venninne i Norge, men dagen før han skulle hjem til Kiev, startet krigen i Ukraina. – De første dagene leste jeg nyheter hele tida. Familien min lever i konstant stress og bekymring og det er vanskelig å konsentrere seg om noe annet, sier Vlad. Vlad er en av de 28 ungdommene fra Ukraina som har brukt tilbudene fra fellesverkene (åpne møteplasser for ungdom) mens de bodde på

ett av de tre mottakene i Grenlandsområdet. Ungdommene er blitt hentet flere dager i uka i taxi og har vært med på kreative verksted, yoga, norsk trening, leksehjelp, spill og chill-kvelder, turer til nærområdet og på kino. – Det er dette vi trenger for å klare å tenke på noe annet enn krigen. Fratelli gir oss avslapping og avlastning fra mottaket, forteller Vlad.

Inkluderer i aktivitetene
Frida Hall Bolstad, som er koordinator på Felles-

«Det er dette vi trenger for å klare å tenke på noe annet enn krigen.»

Vlad (21)

verket Fratelli, blir glad for tilbakemeldingene fra Vlad. Det er nettopp dette de har jobbet for å få til de siste månedene; at Fratelli og Henrys hus fungerer som et fristed for all ungdom i lokalmiljøet.

– Det viktigste er å få så mange som mulig ut i positiv aktivitet så fort som mulig, sier Hall Bolstad.

I flere måneder har de jobbet målrettet mot mottakene for å få til logistikken slik at ukrainsk ungdom kan bli med på aktiviteter sammen med ungdommer som allerede bruker Fellesverkene Fratelli og Henrys hus.

– Ett av de mest rørende øyeblikkene var da elever fra en lokal ungdomsskole, som har faget Innsats for andre, på eget initiativ lagde smykker og velkomstkort til de ukrainske flyktingene. Det første ungdommene fra Ukraina gjorde da de fikk gaven, var å sette seg ned og lage gaver tilbake. Da ble jeg rørt, sier Hall Bolstad.

Ungdomsverter

Fellesverkene har også gjort et nytt forsøk dette året, etter lærdom fra flyktingkrisen i 2015. Det å satse på unge frivillige har de allerede gjort noen år, men med vinterens Flykting-gruppe har de forsøkt seg med såkalte ungdomsverter. Det er ungdommer som ønsker å gjøre en ekstra innsats og å ta ansvar for flyktingene fra Ukraina. Silje Thronsen (19) var én av dem som meldte seg som ungdomsvert.

– Jeg var egentlig forberedt på at de ukrainske ungdommene kom til å være veldig tyngt og at jeg måtte høre mange sterke historier, men det virker som om de setter pris på å tenke på noe helt annet –



Silje Thronsen, Vlad Sedin og Arvid Olaus Straumsnes spiller Korstkalle i sola utenfor Fratelli og glemmer en liten stund alt det vonde som skjer.



Svetlana Karpenko er flyktning fra Ukraina og en av de faste deltakerne på aktivitetene på huset.



Vlad Sedin var på besøk i Norge da krigen startet, men kom seg ikke hjem igjen. Han er nå bosatt i Kongsberg, men var en av de faste deltakerne på Fratelli.



Det har betydd mye både for ungdomsskolelærer Kine Mortensen og elevene hennes i faget Innsats for andre at de kunne være med å gjøre en forskjell for de unge ukrainske flyktingene.

Foto: Kjersti Veel Krauss



Å ta med de ukrainske flyktingene på vanlige aktiviteter på huset, som for eksempel spill og chill, er én av kongstankene bak integreringsarbeidet til Fellesverket Fratelli.

Foto: Kjersti Veel Krauss

å bare kunne spille Korts-kalle, le og prate om banale ting, forteller hun.

Noen av ungdommene har hatt behov for norsk-trening, andre har ikke vært interessert i å lære norsk, men har heller hatt behov for å la tankene fare med kreative aktiviteter. Uansett hva de har trengt, har det vært fint å ha noen som har hatt ekstra ansvar for inkluderingen. Og integreringen har faktisk fungert så godt at det til og med har oppstått litt romantikk mellom et par av de norske og ukrainske ungdommene på Fellesverket.



Ukrainere strømmer til Røde Kors for å lære norsk

Det er ikke mer enn noen uker siden de flyktet fra krig og invasjon i hjemlandet. Flere av ukrainerne bor provisorisk og midlertidig på et hotell i Bergen og aner ikke hvordan det går med familie, venner og naboer der hjemme.

Tekst og foto: Linn Gjerstad

Likevel smiler de. Og de øver, terper og pugges. De gjentar introduksjoner, presenterer seg, snakker om hvor mange barn de har og bruker bildekort fra spillet Alias for å fortelle hva de liker og ikke liker.

- Jeg har ett barn, sier norsktrener Helge.
- Børn, spør en ukrainsk kvinne.
- Nei, barn. Du har ett barn og dere er familie.
- Og jeg har fire barn-er, spør en annen kvinne rundt bordet.
- Nei, du har fire barn. Bare barn. Det heter ikke barn-er i flertall på norsk.

ØNSKER DU Å BLI FRIVILLIG NORSKTRENER? Registrer deg på mittrodekors.no så tar ditt lokale Røde Kors kontakt.

En norsktrener på hvert bord

Frivillige på Røde Kors-huset har samlet de lærevillige rundt en rekke bord. Og det går unna. De går gjennom alfabetet. Bokstav for bokstav. De 26 første bokstavene går som en drøm. Så stopper de opp og tar de tre siste i kor:

– Æ! Ø! Å!

Etterpå går de gjennom klokken, som helt naturlig leder til tall. Det blir mange ord på kort tid, og de ukrainske flyktningene har store skrivebøker fulle av notater.

Ukrainerne kommer rett fra krigen, men er utrolig positive og lærevillige. Her med norsktrener Anne Lise Skagen (m/briller) som har vært frivillig i mange år.

Stor pågang

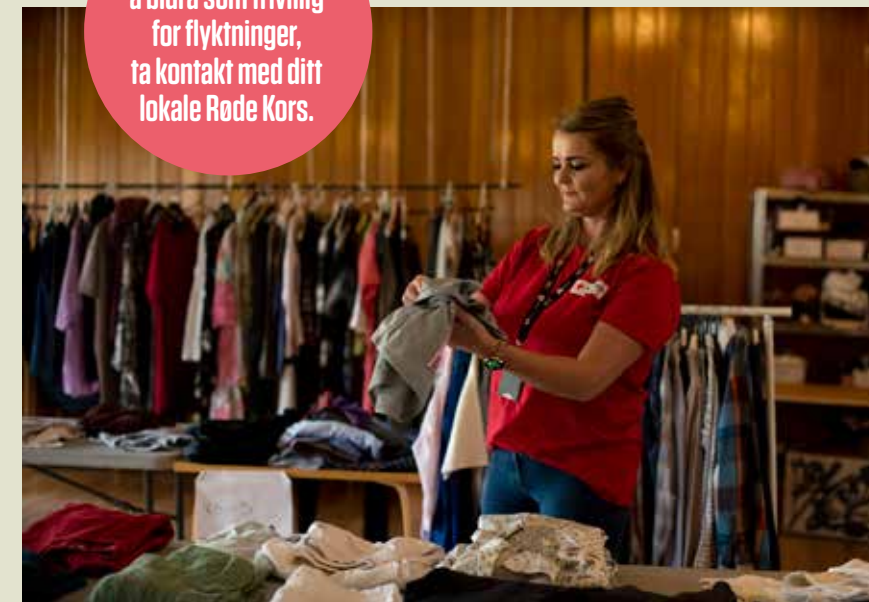
– Norsktreningen vår var full fra før. Akkurat nå er pågangen så stor at vi øker fra seks til syv økter i uken. Da har vi faktisk et potensial til å nå 400 deltakere hver uke, og det kan hende vi må øke enda mer, sier Nora Børø, som har ledet norsktreningen til Bergen Røde Kors i flere år.

Det er behov for at flere melder seg som frivillige på mittrodekors.no. Det er det heldigvis mange som gjør.

– Akkurat nå har vi 70 frivillige og 30 nye på vei inn her i Bergen, sier Børø.

I et normalår leverer frivillige i Røde Kors norsktrening til 15.000 deltakere. Timene de legger ned tilsvarer hele syv årsverk. I 2022 blir det garantert mye mer på grunn av flyktningkrisen.

Ønsker du å bidra som frivillig for flyktninger, ta kontakt med ditt lokale Røde Kors.



Kleskafeen er åpen én til to ganger i uka. Her kan flyktningene komme og få klær, en kopp kaffe, en prat, litt toalettsaker eller bare et avbrekk i den monotone hverdagen på mottaket.

Brenner for å hjelpe

Frivillige Siri Løite i Porsgrunn Røde Kors er én av mange ildsjeler som har jobbet utrettelig for flyktningene fra Ukraina siden begynnelsen av mars.



Siri Løite får mye igjen for å hjelpe andre.

Tekst og foto: Kjersti Veel Krauss

Fra å ta vaffelvakt på et omsorgs-senter én gang i uka til å legge ned hundrevis av frivilligtimer for flyktningene fra Ukraina. Siri Løite sitt engasjement har vokst i takt med kriser, ansvar og oppgaver.

– Av og til tenker jeg at jeg burde bli flinkere til å si nei, men når jeg går inn i noe så er det 100 prosent og jeg gir alt av meg selv, sier Løite.

Hun har hatt hovedansvaret for klesinnsamling og kleskafé til flyktningene ved akuttmottaket på Herøya i Porsgrunn, har fraktet flyktninger fra og til avtaler, vært frivillig på mottakene både på Vallermyrene og Herøya og mye, mye mer.

– Vårmånedene ble ekstra hektiske med veldig mye farting. Utgiftene til bil har økt med tusen kroner i måneden pluss bompenger siden begynnelsen av mars på grunn av mitt engasjement med flyktningene. Det har jeg rett og slett ikke råd til, sier Løite.

Fikk bilavtale for å bidra som frivillig

Det førte til en ringerunde rundt til byens bilforhandlere og Autostrada i Skien ville gjerne hjelpe. Nå har de skrevet under på en midlertidig bilavtale som varer i seks måneder der Løite får låne bil i en periode der hun trenger å bidra litt ekstra.

For Løite er det møtene med mennesker og det å vite at hun gjør en forskjell som driver henne videre selv på tunge dager.

– Om jeg bare kan gjøre dagen bedre for ett menneske, så er det verdt det, sier Løite.

Hun forteller om en eldre dame på 72 år som hun har fått god kontakt med på mottaket.

– Jeg kaller henne for mamma på tull og hun kom bort til meg her om dagen. Hun ville takke for en Tena-truse jeg hadde gitt henne. Hun dro ned bukka litt sånn sexy for å vise seg frem, sier Løite og ler hjertelig.

Somalia:

– Uten vann kan ingenting leve

Husdyra dør, barn sulter og familier må flykte. Tørken i Somalia er den verste på 10 år.

Tekst: Camilla Gilje Thommessen

Foto: Truls Brekke og Camilla Gilje Thommessen

Vi hadde 40 dyr, nå har vi bare seks igjen, forteller Nimao (15), med åtte yngre søsken og en flokk små, tynne geiter rundt seg.

Vi er utenfor Burao i Somaliland, der Nimao og familien bor i en leir for internt fordrevne. Hytta deres er tradisjonell for nomadene, laget av pinner og gamle klær. Barna sover på en matte på bakken.

– Ingen av oss går på skolen. Jeg skulle gjerne lært å lese og skrive, sier Nimao. Men de har ikke råd til uniform og skolepenger. Familien spiser ett måltid om dagen, som regel kun ris, og de får hjelp til å kjøpe litt vann fra lokalsamfunnet.

Tørken tvinger folk på flukt

Somalia er rammet av den verste tørken på 10 år, og mange er tvunget på flukt. Denne leiren ble opprettet i 2003, og nå bor det 3500 familier her. Det vil si rundt 21 000 mennesker. De fleste har ingen inntekt, ingen penger til å kjøpe hverken mat eller vann. Ofte går de fra hus til hus og ber om hjelp – det ligger i kulturen vår å hjelpe hverandre, blir vi fortalt.

Vi drar videre ut i ørkenen, til nomadenes avsidsliggende bosetninger. Landskapet er knusktørt, og bilene etterlater seg en sky av støv og sand. Det har ikke regnet siden august, nå er vi i mars 2022. Nomadene som vanligvis reiser rundt for å finne fruktbare områder, har nå ingen steder å dra. Det er kritisk tørke både her og i nabolandene.

Venter på tur ved brønnen

Utenfor en av landsbyene dukker det opp en brønn, en av få i området. En gjeng gutter hiver bøttene ned med et tau, det er så langt til vannet der nede. Habsa (10) står ved siden av og venter på tur, her må jentene vente til guttene er ferdige. Noen må gå mer enn 10 kilometer for å komme hit.

I landsbyen Higlo møter vi Muna (25). Hun har fem barn, en ektemann og 12 dyr.

«Somalia er rammet av den verste tørken på 10 år.»

Fakta om Somalia

- Borgerkrig og fravær av myndighetsstrukturer i over 30 år
- Millioner av mennesker opplever matkrise på grunn av tørke og væpnet konflikt
- Folketall: 12 millioner (2021)
- 69 prosent lever i fattigdom
- Kun 40 prosent kan lese og skrive
- Antall internt fordrevne av tørken siden januar 2022: 697 000 personer
- Spedbarnsdødelighet: 90 per 1000 levendefødte
- Forventet levealder: 55 år

Kilde: FN

Nimao (15) og søsknene er på flukt fra tørken i sitt eget land. Familien har mistet nesten alle dyra sine og spiser ett måltid om dagen, stort sett bare litt ris.



– De to yngste har vært syke en tid, med hoste, feber og forstoppelse. Det finnes ingen helseklinikk her, og nærmeste sykehus er flere mil unna, forteller hun.

Helsehjelp redder liv

Denne dagen er Røde Halvmånes mobile helseteam på besøk i landsbyen med sykepleiere og medisiner. De kommer to ganger i måneden og tilbyr viktig helsehjelp. Muna får sjekket barna og er glad for hjelpen hun får.

– Det største problemet vårt er mangel på rent vann. Jeg synes egentlig fremtiden ser ganske håpløs ut, sier Muna, mens hun gir grumsete vann til det minste barnet.

Folk i landsbyene prøver stadig å bore etter vann, de må 20–30 meter ned før de finner noe. Ofte er vannet forurenset og fører til diare og sykdom. Mange av tankbilene som frakter vann, er tidligere brukt til drivstoff, noe som også påvirker vannkvaliteten.

1. Flere millioner mennesker i Somalia opplever matkrise på grunn av tørke og væpnet konflikt. Nimao og familien får litt hjelp fra naboene.

2. De mobile helse-teamene reiser rundt til landsbyene og gir viktig helsehjelp til mødre, barn, gravide og andre som trenger det.

3. Muna (25) har bare urent vann å gi til sønnen Abdi. Det forårsaker diare og sykdom.

4+5. Til og med dyra blir syke av å drikke vannet – eller de dør av vannmangel.

Helsehjelpen fra Røde Halvmåne er det eneste helsetilbudet i landsbyene og bidrar til å redde mange liv. Frivillige gir også opplæring i hygiene og håndvask for å begrense sykdom. I tillegg jobbes det med vannprosjekter flere steder i landet, som å utbedre vannreservoarer og rør.

Det viktigste av alt

For det er dette alle snakker om, overalt hvor vi kommer; vann, vann, vann. Abdi, en av landsbylederne, setter ord på det folk tenker og erfarer: – Tørken påvirker alle land rundt her. Den fører til matmangel, sykdom og død. Uten vann kan ingenting leve. Det er det viktigste av alt.

Det vi tar som en selvfølge i Norge, er livets største utfordring for andre.

Menneskene her ytterst på Afrikas horn stiller opp for hverandre, og Røde Halvmåne gjør alt de kan for å hjelpe. Det er fint å se. Så kan vi bare håpe at regnet en dag kommer.

Dette gjør Somalia Røde Halvmåne

- Helseklinikker med fokus på mødre og barn, vaksiner og ernæring
- Sykdomsovervåking og -varsling i lokalsamfunn
- Rehabiliteringssentre som tilbyr proteser og opptrening
- Forbedring av vann- og sanitæranlegg
- Opplæring i hygiene og sykdomsforebygging
- Førstehjelp



Det er få brønner i området, og mange må gå langt for å komme til dem. Habsa (10) må vente på tur, her er det guttene først.

Reisebrev fra Libanon og Syria

– Vi må hjelpe der vi kan

Ida Haugen-Poljac jobber i Røde Kors i Norge. I mars reiste hun til Libanon og Syria og besøkte Røde Kors' vann- og helseprosjekter. Her er hennes inntrykk fra turen.

Mest at alt tenker jeg veldig mye på alle de menneskene jeg har møtt. På hva de forteller meg at de har opplevd. På den syriske moren i Libanon som gråt mens hun fortalte om barnet hun ikke hadde sett på ti år. Hun med de smilende øynene og den myke klemmen.

Jeg tenker på hun som besøkte Røde Kors' helseklinikk med sin fem år gamle datter. Hun var uendelig trist fordi hun ikke hadde mulighet til å gi barna sine den fremtiden hun ønsker for dem. Hit kommer også libanesiske mødre og fedre nå, mange har ikke lenger råd til å betale for helsehjelp etter den økonomiske krisen som har rammet Libanon. Jeg tenker på alle de syriske barna som vokser opp i teltleirer, som løper rundt i sandaler og tynne klær mens det snør, hagler og blåser rundt dem. En liten gutt med en fæl hoste satt på venterommet til Libanon Røde Kors. Kanskje ville han trenge medisiner? Det er dyrt, men her på helseklinikken kan de få det gratis. Jeg tenker mye på de syriske barna, en hel generasjon som er født og vokser opp som flyktninger i Libanon. Fra teltet sitt kan mange se hjemlandet de aldri har møtt i det fjerne. Så kort, men allikevel så langt unna.

Fikk huset sitt knust

I Syria ser vi store byer som er lagt i grus. Det som en gang var et hjem, en kafe, en skole og et sykehus. Nå er det bare betong, stål og støv igjen. Ekstreme mengder bygningsmasse og tomme boligblokker. Spøkelsesbyer. Hele nabolag og gater som før var fulle av mennesker, butikker og liv. Jeg tenker på min syriske kollega i Røde Halvmåne som fikk huset sitt knust da kamphandlingene herjet utenfor

Damaskus. Som syrere flest er han så hjertelig, med snille øyne og et varmt smil.

Mange steder vender dagliglivet tilbake. Skolebarn med tunge sekker på ryggen. Små frukt og grønnsaksbutikker på gatehjørner i Douma. I Aleppo kjøper jeg det verdensberømte krydderet Za'atar og såpe laget av olivenolje. Men, selv om kampene er avsluttet i mange deler av landet gjenstår konsekvensene for befolkningen. Flere og flere syrere lever nå i fattigdom. Mange har ikke lenger råd til å forsørge seg selv og sin familie. Og, for at folk igjen skal kunne bo, leve og overleve i de ødelagte byene må de ha tilgang til grunnleggende tjenester som helsehjelp og vann.

Liv settes på vent

Samtidig som jeg er i Syria er flere millioner ukrainere på flukt i Europa. Livredde forsøker de å unnsnippe krigen som nå rammer dem. Nok en gang vil byer, samfunn og hjem ødelegges til det ugjenkjennelige. Og liv settes på vent. Pause.

Mange føler nå på en enorm hjelpeløshet. En dystopi. Også jeg drar fra Libanon og Syria med en tristhet over det som en gang var, og det livet som for mange ligger i grus. Samtidig vet jeg at mens mine syriske og libanesiske kollegaer jobber for å rehabilitere vannsystemer i ødelagte byer og gi gratis helsehjelp til syke og sårede, så er Røde Kors' frivillige og ansatte over hele Europa i gang med å hjelpe de som blir i, og de som flykter fra, Ukraina.

Fordi humanitet, medmenneskelighet og tilstedeværelse betyr at Røde Kors og Røde Halvmåne hjelper mennesker før, under og etter krise og konflikt.

Ida Haugen-Poljac

Hilsen Ida Haugen-Poljac



Ida Haugen-Poljac er seniorrådgiver for Midtøsten hos Røde Kors i Norge.

RØDE KORS I VERDEN



Foto: Colombia Røde Kors



Francisco Baquero er blant 211 tidligere FARC-soldater som har fått vitnemål gjennom Røde Kors. I dag har han fått jobb som sykepleier.

Colombia Fra FARC-soldat til sykepleier

1 Da FARC-geriljaen ble demobilisert som en del av fredsprosessen i Colombia, sto mange av soldatene igjen på bar bakke. Etter 12 år som sanitetssoldat var overgangen til det sivile liv hard for Francisco Baquero. Til tross for all sin erfaring som sykepleier, jordmor og lege i jungelen, hadde 38-åringen ingen formell opplæring, ingen papirer, ingen referanser som kunne hjelpe ham å få jobb.

– Mange av oss slet med å finne jobb etter at vi ble demobilisert. I jungelen bisto jeg fødler, utførte blindtarmoperasjoner, behandlet krigsskader og kroniske sykdommer. Men som sivilist kunne jeg ikke gjøre noe av dette, sier Baquero.

Gjennom et Røde Kors-program fikk Baquero og 210 andre tidligere sanitetssoldater fra FARC komme på skolebenken. Her fikk de lære det de ikke kunne om sivil helsevesen, og etter

ett år fikk de vitnemål. Colombia Røde Kors ansatte mange av dem som en del av koronainnsatsen, så de også fikk praksis å vise til.

– Det er nok mange som fremdeles er skeptiske til oss tidligere FARC-soldater. Men dette programmet har gjort det mulig for meg å gå videre. Med papirer og arbeidserfaring fra Røde Kors, har jeg fått jobb som hjelpepleier, og kan bidra til at folk får et helsetilbud, sier Baquero.



Foto: Mahmoudd Mashharawi/ICRC

På grunn av koronapandemien har det ikke vært mulig for palestinske familier å besøke innsatte slektninger i israelske fengsler. I slutten av mars kunne Den internasjonale Røde Kors-komiteen (ICRC) som nøytral mellommann legge til rette for det første besøket i Nafah fengsel på to år.

Israel/Palestina Kan endelig besøke sønnen i fengselet igjen

2 I mars kunne Den internasjonale Røde Kors-komiteen (ICRC) for første gang siden COVID-19-restriksjonene ble innført i 2020 tilrettelegge for at palestinske familier kunne besøke sine kjære som er fengslet i Israel.

– Da jeg hørte at det ville bli mulig å besøke sønnen min igjen, satt jeg oppe hele natten, sier Seniors, en mor i 70-årene.

Turen fra Rafah på Gazastripen startet grytidlig. Familiemedlemmene hadde pyntet seg som det var Eid. Etter nesten seks timer ankom de Nafah fengsel, spente og nervøse. Det var mange følelser i sving da 37 koner, mødre, fedre og barn fikk se sine kjære ansikt til ansikt igjen.

– Da jeg endelig så sønnen min igjen, klarte vi ikke styre oss. Vi sendte kyss gjennom vinduet som skilte oss. Jeg ville så gjerne klemme ham, jeg kunne knust glasset, sa Amal, en annen mamma.

Familiebesøk til fengsler er en følelsesmessig livline, ikke bare for de bak murene, men også for de pårørende. Siden 1968 har ICRC gjort det mulig for personer som bor i de palestinske områdene å besøke sine slektninger i israelske interneringsfasiliteter.



Foto: Øst-Timor Røde Kors

På Øst-Timor får bønder teknisk veiledning om hvordan de kan plante grønnsaker for å øke avlingene og dermed gi tilleggsinntekter.

Øst-Timor Lærer å øke avlingene

3 På Øst-Timor bidrar Røde Kors til at noen av de mest sårbare husholdningene står bedre rustet til å møte naturkatastrofer, og samtidig blir mer effektive.

Gjennom integrerte risikoreduksjonsprogram – støttet av Det internasjonale Røde Korsforbundet (IFRC) er målet å diversifisere levestandarden til noen av landets mest sårbare husholdninger.

– Ved å lære mer om hvordan man kan både utvide og øke avlingene, kan bøndene øke inntektene sine. Den ekstra maten som produseres hjelper til med å sikre at familier ikke sulter, og gir et overskudd av råvarer

som kan selges på lokale markeder, forklarer Maria Pascoela da Cruz i Øst-Timor Røde Kors.

Økt fokus på husholdningen, nye strategier og tilnærminger, som vanningskonstruksjon, dyrevaksinasjoner og mer økologisk landbruk er noen av metodene som skal tas i bruk. – Det øker også økonomisk aktivitet på samfunnsnivå. Røde Kors kan bidra til å forbedre motstandskraften til noen av de mest sårbare samfunnene og husholdningene i Øst-Timor ved å sørge for at de har ressursene til å møte sine daglige behov og samtidig øke kapasiteten til å takle sjokk og risikoer, sier hun.

Honduras: Vold hindrer helsehjelp

4 Det er tilsynelatende fred og fordragelighet på den lille fotballbanen i Chamelecón i San Pedro Sula. Men den nest største byen i Honduras er en av verdens mest voldelige byer.

Drapsraten er på høyde med krigssoner. Chamelecón fanget mellom gjengene, som slåss for å kontrollere bydelen. Grensen mellom gjengområdene er usynlig, men det er livsfarlig å krysse fra en del til en annen. Her er volden så utbredt at det er farlig for helsearbeidere å levere grunnleggende helsetjenester.

Honduras Røde Kors har gjennom flere år jobbet i disse områdene, og oppfattes som nøytrale av gjengene. Tilliten Røde Kors har opparbeidet, har gjort det mulig å opprette mobile helseklinikker i gjengområdene. Gjennom disse har også myndighetene



Foto: Truls Brekke

Tilliten Røde Kors har opparbeidet i gjengområdene har gjort det mulig for Røde Kors å gi helsehjelp i noen av de mest voldelige byene i verden.

mulighet til å levere helsetjenester. De mobile klinikkene består av leger, sykepleiere, psykologer og frivillige fra Røde Kors, som blant annet sørger for vaksiner, gir psykososial støtte, oppfølging av kroniske sykdommer som høyt blodtrykk og diabetes, får medisiner, og opplysning om seksuell helse og seksuell vold.

Bruker ferien til å hindre drukning

Denne sommeren står frivillige i 177 lokale hjelpekorps klare til å rykke ut på vannskuter, i båter og til fots i krevende søk- og redningsaksjoner til havs, i elver og på innsjøer.

Tekst: **Roar Dalmo Moltubak** Foto: **Id Skrivarhaug**

Sommerhalvåret er tiden på året flest mennesker omkommer som følge av drukningsulykker. Ulykker relatert til småbåter og fall fra land er de vanligste årsakene til drukningsulykker.

– Røde Kors-frivillige over hele landet vil i sommer prioritere forebyggende arbeid og beredskap for ulykker knyttet til sjø og elver i sine lokalmiljøer, slik at 2022 ikke blir et år med høye drukningstall, sier leder for Røde Kors Hjelpekorps sin ressursgruppe for vann, Sølve Kiviranta.

Røde Kors har spesialtrente frivillige i 177 korps over hele landet som bistår ved søk- og redningsaksjoner både på innsjøer, i elver, langs kysten og på havet.

– Våre frivillige disponerer over 130 store og små båter som kan brukes til redning. De er i beredskap for å redde liv døgnet rundt, slår Kiviranta fast.

Han fremhever likevel forebygging som det viktigste verktøyet for å unngå drukning.

«Mange drukningsulykker kunne vært forhindre om alle følger Vannvettreglene.»

Sølve Kiviranta

– Når ulykken først er ute er det ofte for sent. Derfor ønsker vi å nå bredt ut med ett budskap: Bruk redningsvest og planlegg turer på og ved vann godt. Mange drukningsulykker kunne vært forhindre om alle følger Vannvettreglene, sier Kiviranta.

Ifølge Redningsselskapets drukningsstatistikk døde 75 mennesker av drukning i 2021, noe som er en nedgang fra året før. Fortsatt er nesten 9 av 10 som drukner menn, og en stor andel er over 60 år. Ofte er manglende bruk av redningsvest en medvirkende årsak.

– Målet må være at ingen omkommer som følge av drukning. Tallene viser at spesielt en gruppe er utsatt og det er godt voksne menn. Denne sommeren oppfordrer vi denne gruppen og deres familier og venner om å snakke sammen om sikkerhet på og ved sjøen. Åpenhet og det å tørre å snakke sammen kan redde liv, mener Kiviranta.



Frivillige fra Tjøme og Vasser Røde Kors Hjelpekorps øver regelmessig på vannredning. Her er det Oda Maria Fagerland og Patrik Gudmundsen som hopper i vannet.



Å beherske vannskuter må det også øves på.



Vannvettreglene

- **Ha respekt for vann, vær og lokale forhold.**
Strømførhold og kaldt vann kan gjøre svømmeturen farlig.
- **Barn skal aldri bade alene.**
Pass godt på dine egne barn og følg med på andres.
- **Bli kjent med bunn og dybdeforhold.**
Aldri hopp eller stup der du ikke er kjent.
- **Kjenn dine egne grenser.**
Du kan ikke redde andre uten først å ta vare på deg selv.
- **Ved ulykke; først varsle, så redde.**
Gi beskjed slik at flere kan hjelpe til.
- **Bruk redningsline eller livbøye ved redning.**
Ha alltid en gjenstand mellom deg og den som trenger hjelp. Redning fra land gir økt sikkerhet.
- **Bruk flytevest og følg Sjøvettreglene når du ferdes i båt.**
Flytevest redder liv og regler gjør sjøen tryggere for alle.
- **Vend i tide, det er ingen skam å snu.**
Svømmeturen skal gå langs stranden. Søk ly hvis det blåser opp på båtturen.

(Utarbeidet av Skadeforebyggende forum, skafor.no)

Hele sommeren er 50 frivillige i Tjøme og Vasser Røde Kors Hjelpekorps i beredskap for å hjelpe med alt fra enkle serviceoppdrag, som starthjelp ved motorstopp, til mer alvorlige hendelser, som at folk har gått på grunn eller havnet i havet.

Førstehjelp på sommerturen

Fjellvettreglene forbinder vi kanskje mest med vinter og påske. Men disse reglene er viktige året rundt.

Røde Kors har mange oppdrag om sommeren for å redde folk som har feilberegnet lengde på turen eller som plutselig står fast i mørket uten lysutstyr.

Noen har ikke med ekstra klær som trengs for plutselig skifte i været.

Ta gjerne en kikk på Fjellvettreglene på denne siden, og sjekk om du finner noe der som ikke er aktuelt om sommeren. Selv på korte dagsturer i fjellet er det for eksempel lurt å huske på Fjellvettregel 5. Om du følger den så har du med ekstra utstyr til å hjelpe deg selv og andre, om noe skulle skje.

Har du en favorittfjellregel? Vi oppfordrer deg til å identifisere en eller flere av Fjellvettreglene som du tar spesielt eierskap til, og som du blir en ambassadør for. Kanskje du da bidrar til at noen du er glad i ikke havner i problemer, fordi de lyttet til dine råd.



**HUSK
Å RINGE
1-1-3**

Førstehjelp på turen

Grunnleggende kompetanse om førstehjelp er en del av egenberedskapen når du skal ut på tur. Det betyr følgende:

- Rop på hjelp og varsle 1-1-3
- Vurder pasientens allmenntilstand (våken, bevisstløs, omtåket, osv)
- Hvis pasienten er bevisstløs, men puster normalt: Plasser i sideleie og overvåk pust hele tiden. Hvis den syke eller skadde slutter å puste normalt, se neste punkt.
- Hvis pasienten er bevisstløs, men har ikke normal pust: Utfør hjerte- og lungeredning (i gjentakende repetisjoner av 30 kompresjoner og 2 innblåsinger)
- Hvis brudd- eller sårskader stabiliser dette med tanke på å begrense skade og minimere belastning.
- Hold pasienten varm (se faktaboks til høyre).

Sårskader

Det er alltid lurt å ha med plaster, kompress og enkeltmannpakker til å dekke til sår. Da kan du behandle alt fra småsår og skrubbsår til mer alvorlige blødninger. Om du ikke har bandasjer, kan du improvisere med sjal, tørkle, reimer, plagg, plastfolie, osv.

For mindre sår handler det om å rense og dekke til. Strømmer det veldig mye blod ut er det viktig å følge prinsippet «trykk og hev». Dekk til såret og legg på en hard gjenstand (for eksempel en stein, flaske eller et annet). Surr så rundt med en bandasje, en reim, skjerf eller lignende for å sikre et godt trykk mot såret. Deretter løfter man såret over hjertehøyde.

Riktig utstyr

Ha alltid med dette på dagsturer:

- Ekstra klær
- Niste og drikke
- Solbriller og solkrem
- Kart og kompass (spesielt i ukjent terreng)
- Førstehjelpsutstyr
- Liggeunderlag

Lurt ekstrautstyr

- Vindsekk eller shelter
- Hodelykt
- Kniv eller multiverktøy
- Nødlader og ekstra batterier

For ekstra sikkerhet

- Installer appen Hjelp 113 på telefonen din.
- Ha kontroll på førstehjelpsutstyret ditt.
- Frisk opp førstehjelpskompetansen din (www.rodekors.no/forstehjelp)

Fjellvettreglene

1. Planlegg turen og meld fra hvor du går.
2. Tilpass turen etter evne og forhold.
3. Ta hensyn til vær- og skredvarsel.
4. Vær forberedt på uvær og kulde, selv på korte turer.
5. Ta med nødvendig utstyr for å kunne hjelpe deg selv og andre.
6. Ta trygge veivalg.
7. Bruk kart og kompass. Vit alltid hvor du er.
8. Vend i tide, det er ingen skam å snu.
9. Spar på kreftene og søk ly om nødvendig.



Hold pasienten varm

Det er alltid viktig å ivareta kroppstemperaturen til den som er syk eller skadd. Tap av kroppsvarme vil raskt forverre og komplisere tilstanden til pasienten. Pass på å isolere ned mot bakken og mot vind og nedbør. Et liggeunderlag bør derfor alltid være med, også på korte turer. Selv på sommeren er det lurt å være forberedt på å forebygge hypotermi (nekkjøling).

Galdhøpiggen er et av Norges mest populære reisemål.



HUSK Å PANTE I SOMMER

Halvparten av midlene Røde Kors mottar fra Pantelotteriet går til lokale aktiviteter i ditt nærmiljø ■



TAKK FOR AT DU TRYKKER PÅ RØDE KORS-KNAPPEN NÅR DU PANTER! GOD SOMMER!

PANTELOTTERIET

 Røde Kors