



## «FERIE FOR ALLE» TAR ALDRI FRI!

Røde Kors tilbyr ferieopplevelser hele året. – Vi vil gi familier muligheten til å skape gode minner sammen, sier Laurentiu Calenciuc. s. 8 og 9



**Frivillighetsfest i Asker s. 4 og 5**



**Bjørn Grov, 50 år s. 6 og 7**



**Veiviser i samfunnet s.12 og 13**

# DERFOR BØR DU OGSÅ BLI FRIVILLIG I AKERSHUS RØDE KORS

Som frivillig i Akershus Røde Kors er du med å gjøre en forskjell for andre mennesker.



**Kine Grande**  
Distriktsleder, Akershus Røde Kors

Du kan velge å være med på alt fra besøkstjenester til eldre og ensomme, til å hjelpe flyktninger med å finne seg til rette i Norge. Du kan også være med på førstehjelpstjenester og beredskapsarbeid, og bidra til å redde liv i nødsituasjoner.

---

**Som frivillig kan du selv velge hvilken type oppgave som passer best for deg og din interesse.**

---

Som frivillig kan du selv velge hvilken type oppgave som passer best for deg og din interesse.

I tillegg til å gi noe til samfunnet og hjelpe andre, vil du som frivillig også få en rekke fordeler. Du vil utvikle dine egne ferdigheter, møte nye mennesker og være en del av et større fellesskap. Du vil vite at du gjør en forskjell,

og at du bidrar til å skape en bedre verden for alle.

Jeg meldte meg som frivillig i Røde Kors for en del år siden. Nå har jeg fått ledertrening, vært med på spennende kurs, fått større nettverk og jobber med frivillighet.

Jeg er arbeidsufør. Kan ikke ha et normalt yrkesliv. Men lyset i tunnelen i hverdagen har jeg fått tilbake gjennom mitt engasjement i Røde Kors.

Jeg gir og jeg får masse tilbake i møter med andre mennesker. Tenk at jeg kan glede andre. Smilene og tilbakemeldingene gir meg godfølelsen. Ingen tvil, - jeg skal fortsette å hjelpe andre som ikke har det like godt som oss.

Det er mange lokalforeninger rundt om i Akershus hvor det står en tom stol og venter på deg. Gleder oss til du tar kontakt. Vi skal få det fint sammen.

**Kine Grande**  
*Distriktsleder*

Forsidebilder: Roar Olsen / Robert Walmann / Thomas A. Syvertsen / Røde Kors

**ANSVARLIG UTGIVER:**  
Akershus Røde Kors  
Skedsmogata 3c, 2000 Lillestrøm  
Sentralbord: 22 05 40 00  
[www.rodekors.no/akershus](http://www.rodekors.no/akershus)  
[www.facebook.com/akershusrodekors/](https://www.facebook.com/akershusrodekors/)

**REDAKSJONEN:**  
Roar Olsen, Robert Walmann,  
Glenn Thomas Nilsen og Ida Taule

**ANNONSE- OG LAYOUT:**  
Bell Media AS, [silja.digranes@bellmedia.no](mailto:silja.digranes@bellmedia.no)

**TRYKK:**  
Amedia AS, Tlf. 63 80 50 80

**DISTRIBUSJON:**  
Posten / Bring

**OPPLAG:**  
95 200

# AKERSHUS RØDE KORS OG DISTRIKTSKONTORET I VIKEN

Etter kommune- og fylkessammenslåingen i Norge har dette også påvirket Røde Kors organiseringen. Vi har valgt å beholde strukturen med Akershus Røde Kors, hvor også Buskerud Røde Kors og Østfold Røde Kors består.

«Distriktskontoret i Viken», er den administrative delen hvor vi har samlet alle distriktskontorer til ett. Våre fysiske kontorlokaler vil være hvor du fant dem før, men vi organiserer oss under ett i Viken, og fortsetter å tilrettelegge for de samme aktiviteter og tilbud som før.

For mer informasjon, se våre nettsider: [rodekors.no/viken](http://rodekors.no/viken)



Se hvilke aktiviteter som finnes i de ulike Røde Kors-lagene i Akershus:

|                       | Hjelpekors | Røde Kors Ungdom- Trefpunkt | Barnas Røde Kors (BARK) | Besøksstjeneste | Besøksvenn med hund | Beredskapsvakt | Blodgiververving | Brukbutikk | Flyktningguide | Felleservert | Flerkulturelle aktiviteter | Gatemengling | Leksehjelp | Nattvandring | Norsk trening | Sosiale møteplasser | Røde Kors kafe/trefpunkt | Røffe (førstehjelp og frukt) | Tiltak for funksjonshemmede | Visitorfjerneten | Vtnerstøtte | Andre oppvekstaktiviteter |  |  |
|-----------------------|------------|-----------------------------|-------------------------|-----------------|---------------------|----------------|------------------|------------|----------------|--------------|----------------------------|--------------|------------|--------------|---------------|---------------------|--------------------------|------------------------------|-----------------------------|------------------|-------------|---------------------------|--|--|
| Asker                 |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Aurskog-Høland        |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Bærum                 |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Drøbak og Frogn       |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Eidsvoll og Hurdal    |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Enebakk               |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Fet                   |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Lørenskog             |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Nannestad og Gjerdrum |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Nes                   |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Nesodden              |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Nittedal              |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Oppgård               |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Rælingen              |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Skedsmo               |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Ski                   |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Sørums                |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Ullensaker            |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |
| Vestby og Ås          |            |                             |                         |                 |                     |                |                  |            |                |              |                            |              |            |              |               |                     |                          |                              |                             |                  |             |                           |  |  |

I år markerer vi jubelanten blant våre lokalforeninger:

**Lørenskog Røde Kors – 70 år**

Gratulerer med velfortjent honnør til alle medlemmer og frivillige.

I tillegg arrangerer distriktet Akershus Røde Kors aktiviteter innen leksehjelp, gatemengling, opplæring, besøksordning på utlendingsinternatet Trandum, seksuell helse og nettverk etter soning. Les mer på våre nettsider: [rodekors.no/akershus](http://rodekors.no/akershus)



## Asker Røde Kors hyller frivillige med festmiddag

# Verdsetter frivilligheten

- Det minste vi kan gjøre for alle våre frivillige er å invitere til en hyggelig middag, sa leder for besøkstjenesten Egil Rollheim, da han dro i gang festmiddagen på Holmen Fjordhotell i Asker.

TEKST OG FOTO: ROBERT WALMANN / RØDE KORS

De deiligste retter står på bordet. Det klirrer i alkoholfrie glass – praten går livlig og smilene lyser opp i lokalet. Men Steinar Dahle virker nesten litt overrasket. – Ja, jeg hadde ikke trodd at jeg skulle bli invitert på noe slikt. Det er overraskende og usedvanlig hyggelig, sier han.

### Lærer av hverandre

Dahle har nettopp meldt seg til tjeneste som besøksvenn og ser frem til å komme i aktiv tjeneste.

Nå er han på middag med hele Asker Røde Kors, og han benytter sjansen til å forstå hva det handler om. Det vet Rune Gust mye om. Han har mange års erfaring fra besøkstjenesten i Oslo. Nå er han beredskapsvakt i Asker. – Å gjøre en frivillig innsats for andre er like mye en innsats for å gi seg selv en god følelse. Du gir, men får mer. Bedre kan det ikke bli, sier han.

### Fikk ideen fra Kirkens Bymisjon

Det er første gang Asker Røde Kors inviterer alle sine om lag 300 aktive frivillige til en felles middag som dette. Forslaget kom fra styremedlem Gerd Refvik. Hun er aktiv i Asker, men bor i Fredrikstad. Der er hun også med i Kirkens Bymisjon. – De hadde en slik felles festmiddag under Frivillighetens år i fjor, og jeg synes det var helt fantastisk. Så jeg sa til styret i Asker

Røde Kors at også vi burde gjøre det samme. Frivillighet blir bare viktigere for hvert år. Derfor må vi ta vare på de vi har på en god måte, sier hun.

### Stor lokal aktivitet

Før middagen ble det tid til presentasjoner av alle gruppene i Asker Røde Kors. Alt fra hjelpekorps og beredskapsvakt, leksehjelp, besøksvenn med og uten hund, barn og ungdomsarbeid – og ikke minst arbeid med flykt-

**UNGE OG LOVENDE:** Simon Ringard (t.h.) og Christoffer Dybing er aktive i hjelpekorpsset. Fordi vi brenner for å hjelpe andre, sier de.



”

**- Vi setter pris på å bli sett og verdsatt slik som i kveld.**

- Simon Ringard og Christoffer Dybing



**ET KORPS MED HJELPERE:** Lederen i Asker Røde Kors Hjelpkorps, Ellionor Møller, var en av mange som fortalte om sitt arbeid i Asker Røde Kors under fellesmidtdagen i Asker.

ninger. Egil Rollheim forteller at det er 2000 betalende medlemmer i Asker Røde Kors, og om lag 200 aktive frivillige og rundt 90 beredskapsvakter.

– Interessen for å bli frivillig i Asker er stor, sier han.

### Brenner for å hjelpe

Det kan Simon Ringard og Christoffer Dybing skrive under på.

De er svært interessert i å jobbe frivillig. Fordi de brenner for å hjelpe. Hjelpekorpsset er deres

arena. Ringard feirer snart ett år i hjelpekorpsset, og Dybing er straks klar for å bli godkjent til tjeneste.

– Vi setter pris på å bli sett og verdsatt slik som i kveld. Nå kommer vi også tettere på hele organisasjonen og får høre om alt det arbeidet som gjøres i Asker. Det er imponerende, sier de to unge herrene.



**DELER ERFARINGER:** Steinar Dahle (t.h.) får gode råd av Rune Gust som har vært lenge i besøkstjenesten.



**TAR VARE PÅ FRIVILLIGHETEN:** Gerd Refvik mener frivillighet bare blir viktigere. – Derfor skal vi ta godt vare på de vi har, sier hun.



## Bjørn Grov, femti år som frivillig - i tjeneste for Agent 007 James Bond

Femti år er lenge, men tiden har gått fort og jeg har hatt mange verdifulle oppgaver som har gitt meg mye tilbake. Som fjortenåring lurte jeg, – hva jeg skulle finne på i min fritid. Min lærer Stein Solberg var leder av ungdommens Røde Kors og interessen ble fanget. Det var jo jenter med i Røde Kors, humrer femtiårsjubilanten Bjørn Grov i intervju med Røde Kors avisa.

TEKST OG FOTO: ROAR OLSEN / RØDE KORS

### Nittedal hjelpekorps startet 6.6.1973

Laglederkurset tok Bjørn i 1973 og den 6.6.1973 startet vi opp Nittedal hjelpekorps sammen med sin far Olav Grov. Hans to brødre Tore og Kjell Inge var også med.

– Jeg begynte å kjøre ambulanse og kjørte mer eller mindre hver dag, alltid på vakt, forteller Bjørn. I disse årene hadde han med seg skiftende hjelpere på bilen.  
– Når jeg meldte med til suppleringsstjeneste svarte AMK, som også kjente mitt nummer,

– hei Bjørn hvem har du med deg i dag da?

Bjørns lange vakter etter jobb medførte, også litt – kanskje, usunne spisevaner. Den lokale bensinstasjonen tjente gode penger på den aktive ambulansesjåføren. Han ble et kjent ansikt.  
– Når jeg kom innom for å kjøpe pølse, skjedde det ofte at de – vi ses vel igjen til middag igjen i morgen Bjørn?

Bjørn har en rekke kurser i gjennom hans femtiårige liv

som frivillig. Det blir for mange kurser å ramse opp her. Men for ti år siden var Bjørn i Stavern på sommerkurs, Idrettsskadekurs. Alle de han møtte i Stavern var imponert over hans iver etter å fortsette med kursing i hans alder.

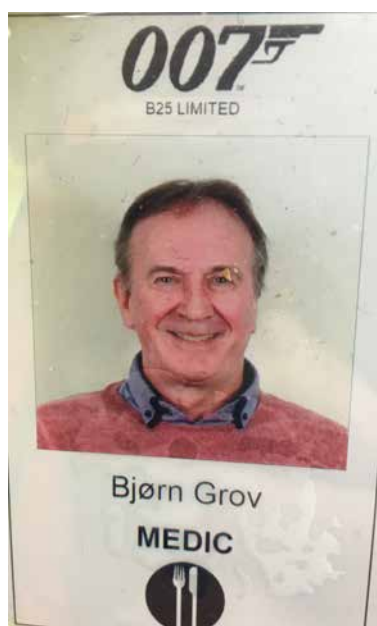
### Vargveien 10 i Nittedal og kreative ideer

Dette flotte og store Røde Kors-huset har Bjørn også hatt mange dugnadstimer for å transformere ti Moelvenbrakker til det prakt-huset det har blitt. I tillegg er det garasjer for utrykningsbiler og

andre motoriserte kjøretøy.

I den spede begynnelse var hjelpekorpsset avhengig av ekstra økonomi og vi solgte nøkkelabonnement. Vi fikk kopier av nøkler og sørget for at disse ble oppbevart sikkert. Hvis uhellet var ute, så kunne vi hjelpe.

Vi kjørte også innom apotek i Oslo på den tiden med resepter fra folk i Nittedal for å hente ut medisiner. Vi hadde ikke apotek den gangen. Jeg tror vi tok 15 kroner pr. resept.



**NITTEDAL RØDE KORS HJELPEKORPS FRA DEN SPEDE BEGYNNELSE:** Far Olav Grov er nummer tre til høyre i bakerste rekke og femtiårsjubilanten, en ungdommelig versjon av seg selv, Bjørn Grov sittende på huk nummer en fra høyre.

”

**Jeg har ikke tenkt å gi meg ennå,  
så lenge det er bruk for meg og helsa holder.**

- femtiårsjubilant Bjørn Grov



### Distriktsrådet og andre verv

Bjørn har i mange år vært medlem av distriktsrådet for hjelpekorps og i dag sitter han som distriktsstyremedlem for Akershus Røde Kors. – Jeg har også vært ut og inn av lokale styrer i hjelpekorps-sammenheng, nestleder og leder i lokalstyret for Røde Kors. Det har vært givende og spennende å være med i Røde Kors, jeg har gitt og jeg har fått utrolig mye i retur, sier Bjørn som nå snart skal i gang med å tenke på den store samlingen på Lillestrøm i oktober

hvor Landsmøte for Røde Kors skal arrangeres. Vi er jo vertskap for dette store arrangementet.

### «No time to die»

– Jeg er nødt til å fortelle om en meget spesiell opplevelse jeg hadde for fire år siden i kalde februar og mars måned. I myrkanten ved Langvann i Nordmarka. En stor gjeng med Hollywoodfolk rykket inn for å spille inn scener til den aller nyeste James Bond filmen. Jeg ble utplassert som Medic til Daniel Craig sammen med andre

fra Røde Kors. Det var mye styr den gangen, hemmelighet, taushet om hva som skulle skje. Vakt hold, filmcrew, skuespillere, og oss i Røde Kors, forteller og smiler Bjørn som nå kunne vise frem, med stolthet, hans pass for å kunne være i området under innspillingen. Vi hadde to ambulanser on location som det heter, et legehelikopter, 2 ATV'er og ellers mye annet utstyr. Røde Kors hadde ansvar for mye i de to ukene dette varte. Men vi lar detaljer ligge. Det er mye hysj, hysj, både før under og etter.

### Den sjette dagen i den sjette måned

Klokka tikker mot den store dagen hvor Nittedal hjelpekorps ble stiftet med lagleder Bjørn Grov og pappa som leder for Nittedal Røde Kors hjelpekorps. – Mange tanker og opplevelser går gjennom hodet når jeg sitter sånn og mimrer. Tenk alt det jeg har fått oppleve, og det kommer sikkert masse mer, sier Bjørn før vi hilser og går hver til vårt. – Jeg har ikke tenkt å gi meg ennå, så lenge det er bruk for meg og helsa holder.



## Enorm oppslutning om Ferie for alle

# Nå går det mot sommerferie

- Hele året arrangerer vi gratis ferieopplevelser og oppslutningen er økende, sier Laurentiu Calencius.

TEKST: ROAR OLSEN / RØDE KORS FOTO: RØDE KORS



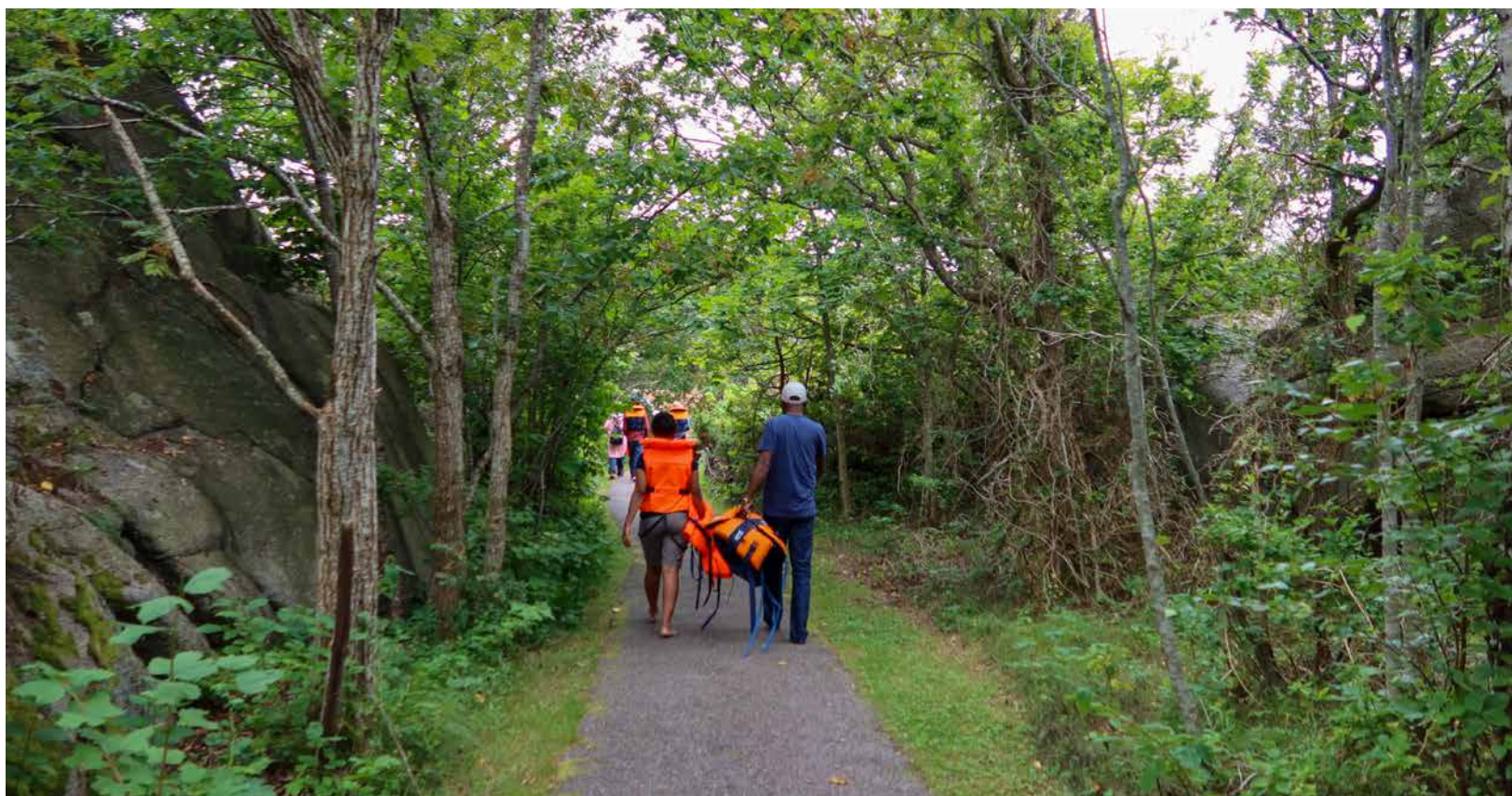
– Det er utrolig populært med «Ferie for alle». Vi fyller opp turene våre til påske, sommerferie, høst, jul og vinterferie for familier som ønsker gode ferieminner, forteller seniorrådgiver i Røde Kors, Laurentiu Calencius. «Ferie for alle» er gruppereiser hvor vi har varierende antall deltakere og mange frivillige.

Tilbud om «Ferie for alle» er rettet mot familier med svak økonomi. På denne måten kan

familiene dele gode opplevelser og får med seg hyggelige felles minner. Med økt bekymring for vanskelig økonomi med renteoppgang, prisøkning og strømpriser er mange utrolig glade for tilbudet om aktive ferieopplevelser.

Laurentiu Calencius har mange på lista til sommerferien i år, men det er bare å søke. Hvordan du gjør det kan du lese om i slutten av artikkelen.





”

**Det er mange vennskap som knyttes i løpet av disse ferieopplevelsene**  
- Laurentiu Calencius

### Felles aktiviteter sprer glede og latter

I sommerferien kan man være med å bade, båtturer, sykling, kanopadling, klatring og, kanskje det viktigste av alt, hyggelig sosialt samvær med andre.

Det er mange vennskap som knyttes i løpet av disse ferieopplevelsene, forteller Laurentiu og legger til at det er mange som stiller opp som frivillige og de

opplever også flotte dager.

### Vi trenger flere frivillige.

Søknadene til «Ferie for alle» øker i antall og vi trenger flere frivillige som har lyst til å være med til å gi barn og familier gode ferieopplevelser. Vi har noen enkle krav til deg som frivillig, – må være fylt atten år. Levere avgrenset politiattest. Gjennomføre intervju og obligatorisk opplæring og undertegne og overholde en etikk og taushetserklæring.



### «Ferie for alle» hele året

Får du ikke plass i sommer, så er mulighetene åpne for at du og dere kan få plass i skolens høstferie. Juleferien er også et alternativ. Våre ferieopplevelser er tilpasset årstidene, så vinter og påskeferie er også spennende for familier å bli med på.

### Hva kan jeg gjøre for å bli med?

For å være med på «Ferie for alle» må du først henvende deg til ditt

NAV-kontor, skolehelsetjenesten, barnevernstjenesten, sosialtjenesten eller andre offentlige instanser. De kan hjelpe de videre og sende inn selve søknaden på vegne av deg og familien din. Du kan ikke selv som privatperson søke. Dere må også ha minst ett barn i alderen 6-13 år og ha slitt med økonomiske problemer i en periode over tre år.

# Røde Kors i Akershus fikk store midler fra Pantelotteriet

Røde Kors i Akershus mottok hele 7,2 millioner kroner fra Pantelotteriet i 2022.

– Vi takker alle som støtter oss med panten sin. Det er svært viktig midler i vårt humanitære arbeid, sier Røde Kors-leder Morten Staude i Asker Røde Kors.



**ASKER:** Butikksjef Thomas Hvesser og ansatt Elise Øye på Extra Heggedal og Morten Staude, leder for Asker Røde Kors, gledet seg i september i fjor over en lokal pantemillionær. Foto: Extra Heggedal

TEKST OG FOTO: ROBERT WALMANN / RØDE KORS

Pantelotteriet er en svært viktig inntektskilde for alle lokale Røde Kors-lag, og totalt fikk lokalforeningene inn 57 millioner kroner fra lotteriet i fjor. Panten som kom inn fra butikkene i Akershus bidro til at Akershus Røde Kors fikk hele 7,2 millioner kroner til sitt arbeid. Det gleder blant annet den lokale Røde Kors-lederen Morten Staude i Asker Røde Kors. De er et av de lokallagene i Akershus som fikk mest, med over 800 000 kroner for 2022.

## Motvirker utenforskap

– Disse inntektene er blant annet en helt nødvendig forutsetning for drift av hjelpekorps, tiltak for å motvirke utenforskap og for å gi bistand til ukrainske flyktninger. Pengene fra Pantelotteriet er blant annet brukt på å arrangere juletreff på Solli gård sammen med Friluftscamp og har finansiert julegaver og ulike gavekort til barn som er sårbare i forhold til utenforskap. Inntekter fra Pantelotteriet har

også gitt oss muligheter til å bistå med klær og utstyr til ukrainske flyktninger på Filtvet mottak. Så tusen takk til alle som støtter oss på denne måten! Det er til ettertanke å se hvor mye fint pantelotteriinntektene fra én enkelt butikk alene kan gi grunnlag for, sier Morten Staude i Asker Røde Kors.

– Vi opplever nå at stadig flere familier har dårligere råd, siden prisene på mat, strøm og boutgifter generelt øker. I tiden fremover i 2023 skal vi fortsatt bidra til at barn som vokser opp i vanskeligstilte familier får tilgang til aktiviteter støttet av Asker Røde Kors. I tillegg til vårt daglige virke, vil vi i første omgang arrangere en vårfest på Solli gård i mai for barn og unge, forteller Staude.

## Vant i Asker

Den lokalforeningen som fikk mest i Akershus fra Pantelotteriet i 2022 var Bærum Røde Kors

som fikk 1 332 899 kroner. På plassen etter kom Asker Røde Kors, med 833 414 kroner, etterfulgt av Skedsmo Røde Kors som mottok 731 980 kroner. Totalt fikk Røde Kors 114 millioner kroner fra Pantelotteriet for 2022, hvor halvparten av midlene går til de lokale Røde Kors-lagene.

Den butikken hvor flest ga panten sin i Akershus var Coop Obs Lillestrøm som bidro med hele 590 653 kroner til Pantelotteriet. På andreplass kom Coop Obs Jessheim, som fikk inn 458 500 kroner, foran Coop Obs Vinterbro med 431 512 kroner.

I 2022 ble hele 21 personer pantemillionær. Det er det høyeste antallet som har vunnet toppgevinsten i løpet av et år noensinne. En av pantemillionærene var en heldig mann fra Asker, som vant én million kroner på Coop Extra i Heggedal.



### Villa Skaar Valstad

Det er drevet sykehjem på Valstad i over 50 år, og her bor man i hjemmekoselige omgivelser. Villa Skaar Valstad ble en del av Villa Skaar i juni 2019.

For mer informasjon se: [www.villaskaar.no](http://www.villaskaar.no)



# RYDDE?

## BESTILL CONTAINER ONLINE.

**RAGN SELLS**  
En del av kretsløpet

08899

RAGNSELLS.NO



## Bli med å gi en varm velkomst

# Vi har alle et ansvar

Frivillige i Røde Kors gir innvandrere en god velkomst til Norge.  
En flyktingguide er en veiviser inn i samfunnet.

TEKST: ROAR OLSEN / RØDE KORS FOTO: RØDE KORS

Røde Kors har en unik rolle som humanitær aktør på migrasjonsfeltet. I Norge møter vi mennesker som har behov for omsorg, trygghet og medmenneskelighet. Flukt fra krig, konflikter, familie, kjærlighet og naturkatastrofer er grunner til at mange har lagt ut på en lang og farefull ferd.

Vår jobb som frivillige i Røde Kors er, gjennom våre aktiviteter, å gi en varm velkomst til Norge. Bidra til et inkluderende og raust samfunn og hjelpe nyankomne til å bruke de ressurser de har for seg selv og for samfunnet.

Den første tiden kan være vanskelig, vanskelig å delta aktivt i samfunnet. Dårlige norskkunnskaper og manglende sosial kompetanse skaper vanskeligheter.

Norske myndigheter kan ikke alene gi innvandrere en god start på livet i Norge. Vi i Røde Kors er med på å øke godfølelsen for et meningsfullt liv i starten av deres integrering.

Vi i Røde Kors trenger deg som frivillig, våre innvandrere trenger deg som veiviser og medmenneske. Meld deg som frivillig, ta

kontakt med ditt lokalkontor for en prat.

### Noen steder har asylmottak

Tiden på asylmottak kan oppleves lang og vanskelig, og oppholdet bærer preg av usikkerhet, livsomveltende endringer og mye følelser og tanker. Røde Kors aktiviteter på asylmottak er for å aktivisere beboere og bidra med tiltrengte pusterom for voksne og barn. Gjennom aktiviteter som å lære bort norsk, spille fotball, blåse såpebobler, tegne, pusle, strikke og hekle.

### Målsetting:

- Å bidra med aktivisering av beboere for å gjøre ventetiden på asylmottak lettere.
- Å fremme beboernes egne ressurser og styrke deres evne til å ta ansvar og delta i lokalsamfunnet.
- Å gi beboerne mulighet for å praktisere norsk, de første skritt mot integrering og inkludering

### Norsktrening

Norsktrening er et lavterskeltilbud, der deltakerne får mulighet til å praktisere og utvikle det

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <b>Brødrene Stigen AS</b><br>SKOGSENTREPRENØR<br>Lykkjaveien 4, 1960 Løken<br>Tlf. 99107435/99460711   | <b>Asker Elektriske AS</b><br>Drengsrudbekken 10,<br>1383 Asker<br>Tlf. 66 98 70 30  | <b>DANNÉ</b><br><b>FOTTERAPI</b><br>Strømsveien 64, 2010 Strømmen<br>www.dhf.no   tlf: 63 81 21 60   |  Regnskap<br>Rådgivning<br>Bedriftsetableringer<br>Lønn og<br>administrative<br>rutiner<br>Besøk oss på<br>www.wepe.no<br>043 89 41 70<br>facebook.com/weperegnskap<br>Kontakt oss på<br>Gjøvikveien 10, Myrnes |
|  <b>JORDPRODUSENTEN AS</b><br>Berger Gård<br><b>Tlf. 924 82 808</b><br>www.matjordprodusenten.no                  |  <b>LARMERUD</b><br>rørservice as<br>en del av Asseblinn<br>RØRLEGGER OG BUTIKK PÅ SAMME STED<br>Bad og vvs senter<br>Telefon: 66 89 29 00<br>www.larmerud.no<br>Din lokale rørlegger<br>-70 års erfaring i kommunen- |  <b>BYGG MED OSS</b><br>Serviceveien 10, 1940 Bjørkelangen<br>Tlf: 900 90 046<br>www.byggmedoss.no  |  <b>Frank Kristiansenas</b><br>Drøbakvn. 466, 1440 Drøbak<br><b>Tlf. 940 19 950</b><br>www.frankkristiansen.no  |
|  <b>Hageland</b><br>Aurskog<br>Hageland Aurskog<br>Hagesenter<br>Telefon: 63 86 31 43<br>www.hagelandaurskog.no |  <b>Regnskapsringen Soon</b><br>Besøks : Storgata 29 B • 1555 Son<br>Post : Postboks 34 • 1556 Son<br>Telefon : 64 98 31 40<br>E: post@regnskapsringen-soon.no<br>regnskapsringen-soon.no                             | <b>Hjelp med byggesøknad? Bygghuset tar saken!</b><br>Kontakt Steinar Kvistad steinar@bygghuset.no 970 43 775<br><b>BYGGHUSET AS</b><br>PROSJEKTADMINISTRASJON • EIENDOMSUTVIKLING<br>www.bygghuset.no   | <b>Rune Pettersen</b><br><b>Entrepr.</b><br>Hans Borgersensv. 18, 2073 Bøn<br>Graving • Sprenging<br>Transport<br>Tlf. 930 12 540   |
|  <b>Ronningen Maskin AS</b><br>Aut. maskinentreprenør<br>Tlf: 901 92 438<br>www.ronningenmaskin.no                |  <b>Din lokale byggevarer-leverandør på Fetsund</b><br>STANGESKOVENE<br>STANGESKOVENE FETTSUND AS • TELEFON: 92 83 10 10 • stangeskoven.no  |  <b>REMA 1000</b><br>bare lave priser<br>Rema 1000 Råholt<br><b>Tlf. 63 95 53 00</b><br> |  <b>PSV</b><br>Elektro<br>www.psvelektro.no   |
|  <b>Byggpartner AS</b><br>Akershus  |  <b>Drøbak Smådyrklipp</b><br>Storg. 37, 1440 Drøbak<br><b>Tlf. 64 93 19 60</b><br>post@drobaksmadyrklipp.no  |  <b>Revisorgruppen Akershus AS</b><br>Rosenholmveien 25<br>1414 Trollåsen<br>Tlf. 66 81 79 00<br>www.rg.no  |   |

## AURSKOG - HØLAND

### B-S Regnskap AS

1941 Bjørkelangen  
Tlf: 63 85 89 80

## BÆRUM

### Elektroentreprenør Guriby

Løxaveien 11, 1351 Rud  
Tlf. 67 17 78 50 - www.guriby.no

## EIDSVOLL

### Linneruds Biltransport AS

2072 Dal  
Tlf. 63 95 11 60

### Almeli Ole Martin AS

2072 Dal  
Tlf. 63 95 50 44

### Tigre Norpukk AS

Minne Industriområde 41  
2092 Minnesund  
Tlf. 91 87 57 01

## NES

### Årnes Revisjon AS

2151 Årnes

## NESODDEN

### Energihuset Sport og Fritid

1450 Nesoddtangen  
Tlf. 66 96 32 00

## RÆLINGEN

### Rælingen Graveservice AS

Wessels veg 12, 2005 Rælingen  
Tlf: 63 83 00 00

norske språket med utgangspunkt i nivået de er på, lære om det norske samfunn og bygge sosiale nettverk.

### Målsetting:

- Å hjelpe deltagerne med å praktisere norsk
- Å møte deltakerne på deres språknivå
- Å skape sosial inkludering og en språklig mestringfølelse

### Flyktningguide

Flyktningguide kobler flyktninger som har fått opphold i Norge med en frivillig guide som kjenner lo-

kalsamfunnet. En flyktningguide er en viktig veiviser inn i samfunnet, men aller viktigst: Et medmenneske, en å stole på og støtte seg til i en krevende etableringsfase. Møtet mellom flyktning og guide skal være uformelt og ikke koste noe.

### Målsetting:

- Å bistå nyankomne flyktninger som har fått bosetting til å få en guide og en førstekontakt i lokalmiljøet
- Å gi nordmenn en mulighet til å møte og lære om forskjell og likheter i ulike

kulturer

- Fremme inkludering, integrering og mangfold i lokalsamfunnet
- Frivillige flyktningguider og flyktninger kobles sammen og møtes et par timer i uka i opptil ett år.



### Hvordan bli frivillig?

Ta kontakt med egen lokalforening for å høre om ulike tilbud som finnes i lokalmiljøet og hvordan du kan engasjere deg som frivillig. Gå inn på mittrode-kors.no for å melde deg som frivillig!



Total teknisk entreprenør på elektro, rør og ventilasjon.

AVDELING ROMERIKE - BALDER ALLÉ 2 2060 GARDERMOEN - TLF 02407 - WWW.BRAVIDA.NO

# PROAKTIV

EIENDOMSMEGLING

Proaktiv Bolig og Prosjektmeistring  
Tlf: 66 78 60 20, epost: kontakt@proaktiv.no



BACKE  
STOR-OSLO

Vi bygger funksjon og verdi til bolig- og næringsprosjekter

backe.no



asplan viak



Tlf: 02550 / 66 81 15 00 | www.samlerhuset.no



Din entreprenør og samarbeidspartner  
Vi gjennomfører ditt prosjekt  
Ta kontakt i dag!

www.ø2b.no | Tlf: 99 100 220

## Advokatfirmaet Halvorsen & Co



- Trafikkskade
- Yrlesskade
- Pasientskade
- Trygd
- Arv/testament
- Samlivsbrudd
- Arbeidsrett
- Eiendom
- Næringsliv

Totalleverandør av juridisk rådgivning for næringslivet og privatpersoner i mer enn 30 år.  
Har du blitt skadet? Vi hjelper deg med å få et riktig erstatningsoppgjør.  
Sammen finner vi de gode løsningene.

Vi holder det vi lover    Vi leverer alltid kvalitet    Vi gjør det vanskelige enkelt    Vi sikrer oss at kunden er fornøyd

Lillestrøm - Ski - Jessheim - Aurskog  
Tlf. 64 84 00 20 - post@halvorsenco.no - www.halvorsenco.no

AUTORISERT  
REGNSKAPS-  
FØRERSKAP

## Aurskog Regnskapskontor as

Besøksadresse:

Aurveien 64,  
1930 Aurskog

www.aurskogregnskap.no | Telefon: 63 85 38 50



KOMPRESSORER

Hydrauliske - Diesel - Elektriske

ETTERBEHANDLING

Filter - Tørrere +3°C til -20°C - Drenering - Ujffjerning fra luft og vann

SERVICE

KUNDETILPASSEDE LØSNINGER



www.ama.no

telefon: 64 85 37 60

e-post: ama@ama.no

## Morten's Kro

der maten er god

Velkommen til Mortens kro!

Vi serverer god og variert mat av ferske råvarer fra lokale produsenter.

Trondheimsveien 3, 1481 HAGAN

Tlf: 67 06 77 90

https://mortenskro.no/

Møller Bil

mollerbil.no

Jessheim

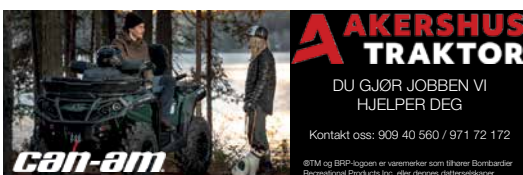
Energivn.1-2, Jessheim  
Tlf: 24 03 46 00

Skal du lage møbler  
og innredning?



FALKENBERG  
- mer enn maskiner!

Billingsstadsletta 30, 1396 Billingsstad  
e-post: info@falkenberg.no  
www.falkenberg.no tel: 66 77 89 00



AKERSHUS  
TRAKTOR

DU GJØR JOBBEN VI  
HJELPER DEG

Kontakt oss: 909 40 560 / 971 72 172

©TM og BRP-logoen er varemerker som tilhører Bombardier Recreational Products Inc. eller dennes datterselskaper.

## Caverion

Caverion Norge AS

Industriveien 33  
1337 Sandvika

Tlf. 67 55 35 00

www.caverion.no

ADVOKATFIRMAET  
NICOLAISEN

Advokatfirmaet Nicolaisen  
består av mennesker med et  
stort engasjement.

Vi har avdelingskontor  
- i Oslo, Lillestrøm, Ullensaker,  
Bærum og Eidsvoll.

www.advonico.no

Tlf: 64 83 00 00



Asakvegen 154, 1924 Sørum  
Tlf: 951 22 233



QUALITY AIRPORT HOTEL  
GARDERMOEN  
BY NORDIC CHOICE

TLF: +47 63 92 61 00  
MAIL: q.gardermoen@choice.no



@qualityhotelgardermoen

www.nordicchoicehotels.no



Majorvegen 22  
2030 Nannestad



Bærum eltek as  
• ELEKTROENTREPRENØR •  
Gruvemyra 61, 1354 Bærums Verk

Mobil: 900 89 546

www.baerumeltek.no

Nybygg • Tilbygg/påbygg  
Garasjer • Renovering  
Restaurering • Våtrom

Ta kontakt med ossi dag  
for pristilbud og en  
uforpliktende samtale!



JAMO  
Entreprenør AS  
Postboks 22, 2081 Eidsvoll  
Tlf: 905 68 999 / jan@jamobygg.no

OrbitArena  
CATERING & MATBAR



MATBAR MED  
FRØKOST OG LUNSJ

Åpen mandag - fredag kl. 8-14

Catering til alle anledninger

948 71 332 | www.orbitarena.no/catering  
Industrivegen 18, 2069 Jessheim

**SIGN CONSULT**[www.signconsult.no](http://www.signconsult.no)**Aquadyne**

Leangbukta 46 | 1392 Vetre | Tlf. 66 98 71 50

 **Lørenskog kommune***Vi møter innbyggerne og hverandre med åpenhet, tillit og toleranse.***Besøksadresse:**

Hasselveien 6, 1470 LØRENSKOG

Tlf: 67 93 40 00

[postmottak@lorenskog.kommune.no](mailto:postmottak@lorenskog.kommune.no)[www.lorenskog.kommune.no](http://www.lorenskog.kommune.no)**KIWI mini pris****NANNESTAD**

Teiegården, 2030 Nannestad

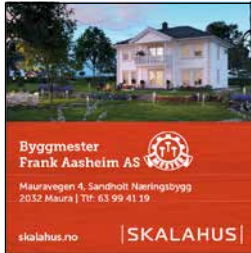
RENE NORSKPRODUSERTE AGURKER

**VELG KORTREISTE AGURKER FRA GRØNNSAKSDISKEN**[www.solbergs-gartneri.no](http://www.solbergs-gartneri.no)Nannestad kommune  
Teiealleen 9, 2030 Nannestad

Tlf. 66 10 50 00

[www.nannestad.kommune.no](http://www.nannestad.kommune.no)

støtter røde kors

**GJERDRUM KOMMUNE**

Gjerdrum Kommune støtter røde kors

**PLANFORUM  
ARKITEKTER AS**VI SKAPER  
SAMFUNNSNYTTIG, VARIG OG MILJØVENNLIG ARKITEKTUR  
[www.planforum.no](http://www.planforum.no)**Romerike  
Sparebank**

// For deg og lokalmiljøet

**TAXI**  
ROMERIKE[taxiromerike.no](http://taxiromerike.no) | Tlf: 03550 | [firmapost@taxiromerike.no](mailto:firmapost@taxiromerike.no)**ajprodukter.no**

| ASKER  |   | AURSKOG - HØLAND   |   |  |   |  |  |          |  |  |
|--|---|--|---|--|---|--|--|----------|--|--|
| <b>Irtech AS</b><br>Vakåsv. 9, 1395 Hvalstad<br>Tlf. 66 84 29 80   | <b>EIK SENTERET</b><br>www.eiksenteret.no   | <b>Sandem Auto As Mekonomen</b><br>Bilverksted   | <b>ST ELEKTRO</b><br>Bjørkelangen - 63 85 61 51   | <b>Midt i veien</b><br>transportservice as   | <b>Rød Fjellboring AS</b><br>1930 Aurskog<br>Støtter Aurskog-Høland Røde Kors   | <b>advania</b><br>Din lokale IT-leverandør<br>Tlf 63 85 36 60  |  |          |  |  |
| BÆRUM  |   |  |   |  |   |  |  |          |  |  |
| <b>PARADIGME</b><br>www.paradigme.no   | HÅB er en ISO-sertifisert anleggsentreprenør med hovedfokus på betong og grunnarbeid samt byggvirksomhet.<br><b>HÅB ANLEGG &amp; BYGG</b>                               | <b>TOPAAS og HAUG</b><br>ENTREPRENØR<br>Tlf. 67 17 40 50<br>Olav Ingstad vei 11, 1351 Rud<br>E-post: firmapost@topaasoghaug.no                           | <b>ENTRANS AS</b><br>Your bank and bank operator<br>Ringsveien 3, 1368 Stabekk<br>www.entrans.no                                      | <b>Ørn &amp; Wiig Installasjon AS</b><br>AUTORISERT INSTALLATØR<br>Slependsv. 48, 1341 Slependen<br>Tlf. 67 57 20 20                   | <b>BVR</b><br>Bærum's Verk Rørleggerbedrift as  | <b>Bærum bilutleie</b>   |  |          |  |  |
| BÆRUM  |   |  | FROGN   |  |   |  |  |          |  |  |
| <b>nadderud maskin as</b><br>- Din samarbeidspartner på grunn, betong og steinarbeider<br>Tlf. 951 44 755  | <b>TT Elektro AS</b><br>elfag<br>www.ttelektro.no   | <b>TEK</b><br>NORGE  | <b>REENSKAUG</b><br>Drøbak<br>Reenskaug Hotell AS<br>Storgt. 32, 1440 Drøbak<br>Tlf. 64 98 92 00<br>Fax. 64 98 92 22                  | <b>Minel.</b><br>Drøbak Elektriske   | <b>Grøterud Prosjekt as</b><br>www.grøterud.no  | <b>Melissa, Birgit og Martin Schanche</b><br>Hølundveien 40<br>1449 Drøbak<br>Tlf. 901 00 010                            |  |          |  |  |
| FROGN  |   | GJERDRUM   |   | LØRENSKOG  |   | NANNESTAD  |  |          |  |  |
| <b>Drøbak hundehotell</b><br>Hundehotell med fantastiske fasiliteter for Hund<br>Hundehotell/opphold:<br>46 81 12 60<br>www.drobakhundehotell.no | <b>GFT</b><br>Gjerdrum fysioterapi og trening<br>www.gft.no<br>Tlf. 63 99 10 00   | <b>LØRENSKOG BILSKADESENTER</b><br>www.biloppretting.as<br>AutoMaster  | <b>PALLEBUA AS</b><br>Luhtoppen 2, 1417 Lørenskog<br>KJØP OG SALG AV PALLER OG KARMER<br>Ring 222 12 800 - www.pallebua.no            | <b>FJELLHAMAR BYGG AS</b>  | <b>ANBygg</b><br>Ringrothv. 11, 2030 Maura<br>Næringsbygg - Ståbygg - Landbruksbygg<br>Mob. 952 84 115<br>eie@anbygg.no<br>Tlf. 63 99 77 90 - www.anbygg.no   | HILSMØ - FOTODRUKKING - TRENING - SMØRSEL - TILBUD PÅ LØSSE  |  |          |  |  |
| NANNESTAD  |   | NESODDEN   |   | NITTEDAL   |   | NES  |  | OPPEGÅRD |  |  |
| <b>Kilaba</b><br>Majorvegen 22<br>2030 Nannestad   | <b>Morud &amp; Heimlund AS</b><br>Maskin & Grøntentreprenør<br>Tlf.: 932 23 159<br>Mail: as@morudogheimlund.no<br>Adr.: Vållagsvegen 127 - 2032 Maura<br>naml           | <b>NB NESODDENBYGG</b><br>Din lokale snickerfirma  | <b>ROSING</b><br>Alle typer gjerder!<br>rosing.no   | <b>NORSK REGNSKAP</b>  | <b>ROMERIKE MASKIN AS</b><br>Tlf. 63 90 91 42<br>www.romerikemaskin.no  | <b>Oppegård Elektriske</b><br>www.oppegardelektriske.no  |  |          |  |  |
| OPPEGÅRD   |   |  |   |  |   |  |  |          |  |  |
| <b>Byggmester Anders Dahl AS</b><br>Jotunveien 12B, 1412 Sofiemyr   Tlf.: 900 58 065   | <b>nettec</b>   |  |   | <b>CRESCO EIENDOM</b><br>Rosenholmveien 25<br>1414 Trollåsen<br>www.crescoeiendom.no   | <b>coop mega</b><br>Mega Kolbotn<br>Kolbotnvn. 35<br>1410 Kolbotn   | <b>LAURITSEN AS</b><br>TOMREKEMESTER<br>Mob: +47 908 20 080<br>torbjorn@lauritsenas.no                                   |  |          |  |  |
| OPPEGÅRD   |   |  | RÆLINGEN  |  |   | SKEDSMO  |  |          |  |  |
| <b>VOLVO</b>   | <b>BYGG- OG MALERMESTERTJENESTEN</b><br>Byggmester-Malermester-Takstmann<br>-Murerarbeid-Sopp- og råtesanering<br>-Bad-Oppussing. Tlf: 40 00 10 14<br>Web: byggogmal.no | <b>KULINARIS</b><br>ISKREM<br>www.kulinaris.no   | <b>Brede Stensrud A/S</b><br>Maskinentreprenør<br>Tlf: 911 77 487<br>Fretterveien 21, 2089 Nordby<br>Mail: bredestensrud.as@gmail.com | <b>Sæther Elektriske AS</b><br>AUT. INSTALLATØR - LILLESTRØM<br><b>EL-PROFFEN</b><br>640 49 49 92<br>www.sætherelektriske.no           | <b>B. Anfinsen Eiendom AS</b><br>Elvesvingen 19 2003 Lillestrøm<br>Tlf: 911 22 266<br>oddvisa@baeiendom.no  | <b>EIE eiendomsnett</b><br>Storgata 29<br>Tlf: 63 80 54 10<br>eie.no/eiendom/kontorer/eie-lillestrom                     |  |          |  |  |
| SKEDSMO  |   |  |   |  |   | SKI  |  |          |  |  |
| <b>RIISBYGG</b><br>ETBL. 2005<br>VI BYGGER DIN DROM  | <b>VINDVEGGEN</b><br>Tlf: 63 80 51 00<br>post@vindveggen.no<br>Stortorget 20, 2000 Lillestrøm<br>vindveggen.no  | <b>HESELBERG TAK</b><br>Industriveien 25, 2020 Skedsmokorset<br>Tlf.: (+47) 22 88 45 40<br>Firmapost: firmapost@hesselbergtak.no<br>www.hesselbergtak.no | <b>HEIDENREICH</b><br>Effektivt og enkelt >>>   | <b>WISLAN RØR AS</b><br>Nygårdsveien 20C,<br>1406 Ski<br>Tlf. 405 54 100<br>www.wislan.no  | <b>E. Brosstad kjemi as</b><br>E. BRØSSTAD KJEMI AS<br>Boks 33 Mortensrud - 1215 Oslo<br>Tlf. 64 86 55 23<br>e-post: brosstad@online.no<br>www.vaskemidler.no | <b>FUTURA</b><br>entreprenør<br>Tlf. 400 01 175<br>www.futura.as   |  |          |  |  |
| SKI  |   |  | ULLENSAKER  |  |   |  |  |          |  |  |
| <b>LUXELEKTRO</b><br>www.lux-elektro.no<br>Din elektriker i Follo<br>Tlf: 64808002   | <b>SKI BIL OG LAKK AS</b><br>Teglv. 16, 1400 Ski<br>64 85 69 00   95 15 69 00<br>www.skibiloglakk.no  | <b>BSS BYGGESERVICE AS</b><br>SERTIFISERT GODKJENT<br>post@bssbygg.no<br>bssbygg.no  | <b>GRAVSTENER</b><br><b>OSLO MONUMENT AS</b><br>Nygårdsv. 32, 1423 Ski, 64 94 69 53<br>www.oslomonument.no                            | <b>As Follo Truckutleie</b><br>Regnbueveien 4, 1405 Langhus<br>Tlf: 64 86 31 03<br>post@follotruckutleie.no<br>www.follotruckutleie.no | <b>Jogrønt</b><br>Engros AS   | <b>ByggSmart 24.no</b><br>post@byggsmart24.no<br>Stjerneveien 32, 1404 Siggerud<br>Tlf. 916 65 652<br>www.ByggSmart24.no |  |          |  |  |
| SKI  |   |  | ULLENSAKER  |  |   |  |  |          |  |  |
| <b>Akershus Østfold elektro as</b><br>Løkenveien 40, 1408 KRÅKSTAD<br>Tlf. 90863645 - jon@a-oelektro.no  | <b>POSE KOMPANIET</b>   | <b>ecit</b><br>ECIT Services AS avd. Jessheim<br>Din lokale samarbeidspartner innen økonomi- og IT-tjenester   | <b>UKB AS HÅNDVERK</b><br>Gardermoveien 9, 2050 Jessheim<br>Tlf. 63 93 67 33, Mob. 957 52 599   | <b>EGIL KNUDSEN AS</b><br>Tlf. 63 98 11 97<br>Mobil 920 13 194<br>Vi utfører alle innen elektriske installasjoner                      | <b>NORDIC GSA</b><br>by ECSGROUP<br>Tel +47 639 30 690<br>www.ecsgroup.aero   | <b>3F Brannvern AS</b><br>Brodrene Frivik  |  |          |  |  |
| ULLENSAKER   |   |  | VESTBY  |  |   |  |  |          |  |  |
| <b>Rune Tøfner AS</b><br>MALERMESTER   | <b>granitor</b><br>Vestby Elektro Service A/S<br>Tlf: +47 64 98 30 40<br>www.vesas.no   | Vi takker alle annonsørene for den flotte støtten  |   |  |   |  |  |          |  |  |