

Årsmagasin 2022



Innhold

RØDE KORS SITT OPPDRAG ER Å AVDEKKE, HINDRE OG LINDRE MENNESKELEG NAUD OG LIDING. DET SKAL VI OPPNÅ VED Å FØREBYGGE OG RESPONDERE FOR Å REDDE LIV, BIDRA TIL TRYGGE LOKALSAMFUNN FOR BARN OG UNGE OG JOBBE FOR SOSIAL INKLUDERING OG MANGFALD.

LEIAR Tryggleik og varme i fellesskap	3
SOGN OG FJORDANE RØDE KORS Trygg til å hjelpe	4
BEREDSKAP/MIGRASJON Innsats for flyktningar	6
SØK OG REDNING Søker betre saman	8
OPPVEKST Ferie for dei som treng det mest	10
VERDIGE LIV Fredagsmiddag og utflukt for eldre i Lærdal	12
MIGRASJON Til Topps for første gang	14
UNGDOM Rekorddeltaking på Fylkestreff for unge	16
UNGDOM/VERDIGE LIV Unge gleder eldre med besøk	18
SØK OG REDNING Leitar frå lufta	20
HANDLINGSPROGRAM 2021–2023 Sogn og Fjordane Røde Kors	22
FRIVILLIGHEIT OG MEDLEMSKAP	24
STYRET Sogn og Fjordane Røde Kors.....	26
AKTIVITETSREKNESKAP	27
SLIK KAN DU STØTTE OSS	28

Redaksjonen: Dag Hovland (red.), Lene Sørøy Neverdal.

Tekst og foto: Lene Sørøy Neverdal.

Grafikk: Vebjørn Sture, Thomas James **Layout:** Wenche Takle.

Framsidedfoto: Terje Ryssdal og Øystein Torheim øvar på søk etter sakna person saman med dronegruppa til Gløppen Røde Kors.

Årsmagasinet 2022 er ein illustrasjon av den formelle årsmeldinga, som finst som eigen publikasjon. Der finn du fullstendig rekneskap med revisormelding og egne årsmeldingar frå styret, råd og utval.

Tryggleik og varme i fellesskap

Jon Atle Sagebø-Rise nestleiar i distriktsstyret, Sogn og Fjordane Røde Kors.



Nokon har vore aktive lenge, andre har nettopp starta og nokon kjem tilbake etter ei pause. Nokon vart «fødd» inn i det, andre engasjerte seg etter å ha opplevd kriser og nokon søkte etter fellesskap. Det er mange ulike historier som fører oss saman, men det er vårt felles mål om å hjelpe andre som gjer oss til Røde Kors. Sjølv er eg ein av dei som blei lurt inn som markør, og trass ein del kalde timar i vår og vind brenn engasjementet framleis. Det hjelp også på at eg fann kona mi i Røde Kors.

At fleire enn dei frivillige ser nytta i arbeidet vårt er også tydeleg, for no er vi over 5400 medlemmar i Sogn og Fjordane Røde Kors. Medlemmar som er i aktivitet i bygd, by og grend. Som hjelpekorpsset i Askvoll, RØFF-gruppa på Eid, besøksvenane i Stryn, nattuglene i Sogndal og alle dei andre fantastiske aktivitetane som skjer kvar dag omkring i distriktet.

Eg er utruleg imponert og stolt over alt det vi får til i lag. Frå å sjå ein kald markør i ein Jerven-duk på ei hjelpekorps-øving, eller eit barn som køyrer tube på «Ferie for alle», eller eldre som skapar felles glede i lag med sine besøksvenar. Dei som gir av seg sjølv, og bidreg til gode opplevingar og fellesskap hjå alle dei som synest kvardagen av og til kan bli litt vanskeleg.

Med den uro som er i verda, er det blitt meir og meir bruk for engasjerte eldskjeler i lokalsamfunna som gir tryggleik og støtte. Hausten 2022 kom det ei ny utgåve av Sosial Puls, ein rapport som er utarbeidd av SSB for Røde Kors og som peika på dei største humanitære utfordringane i Noreg. Mange av desse utfordringane råka særleg barn og unge.

Behovet for endå meir innsats for barn og unge er tydeleg, og eg er ikkje i tvil om at vi som organisasjon vil møte dei utfordringane med meir aktivitet, meir glede og varmare fellesskap.

Utfordringane som treff barn og unge er særleg viktig for meg, etter å ha vore frivillige i Røde Kors Friluftsliv og Førstehjelp (RØFF) og tillitsvalti i Røde Kors Ung i fleire år. Å utvikle fleire aktivitetar innan RØFF, Barnas Røde Kors og Treffpunkt er viktig, men enno viktigare er det å invitere dei unge med i resten av organisasjonen, der unge opplev fellesskap, tryggleik og meistring i lag med erfarne frivillige.

Tusen takk til alle dykk som står på og gir av dykkar tid. Takk til alle som lar oss låne dykkar kjære i frivillig humanitær innsats. Takk til alle medlemmar som anten er aktive tillitsvalde og meningsbrytarar, eller viktige støttespelarar. Saman bidreg vi til tryggleik og varme i fellesskap.

Tutti frattelli – Vi er alle søsken.



26

LOKALFORENINGAR

5406

MEDLEMMER

2609

FRIVILLIGE

Trygg til å hjelpe

EIT AV RØDE KORS SINE VIKTIGASTE MÅL ER Å REDDE LIV LOKALT OG Å STYRKE BEFOLKNINGA SI FØRSTEHJELPSKOMPETANSE.

Ei gruppe barn sit i ein halvsirkel på golvet med andleta vendt mot dukka Henry og to studentar. Studentane syner ein illustrasjon av Henry som har ramla på sykkel og slått seg på kneet og spør:

– Kva skal ein gjere viss ein ser nokon som har skada seg?

Svaret kjem kontant frå barna:

– Hjelpe!

FØRSTEHJELPSUNDERVISNING TIL 2000 BARN

Det å hjelpe er ein grunnleggande eigenskap hos mange og det å hjelpe er det heilt grunnleggande i Røde Kors. Vi hjelper menneske i Noreg og internasjonalt, vi hjelper mellom anna einsame og sårbare, vi hjelper dei som har gått seg vill eller vore utsett for naturkatastrofer, og så hjelper vi vaksne og barn til å bli trygg til å hjelpe.

Meir enn 2000 barn i vårt distrikt har fått besøk og får besøk av Henry i sine klassar eller barnehagar gjennom 2022 og -23. Henry og sjukepleiestudentar frå Høgskulen på Vestlandet turnerar rundt for å lære barn om den første hjelpa som alle kan gje ved skade eller sjukdom.

Idéen om at dei yngste barna kan ta ansvar, syne omsorg og hente hjelp er ein viktig del av Henry-opplegget. Det skal kjennast trygt å hjelpe andre.

FØRSTEHJELPSLØFT

I 2022 har Sogn og Fjordane Røde Kors sett i gong eit førstehjelpsløft. Målet er ikkje naudsynleg å gje førstehjelpsendervisning til flest mogeleg, men å auke og styrke kapasiteten vår. Går ein med det raude korset på brystet skal ein kjenne seg trygg på at ein kan bidra i ein førstehjelpssituasjon.

Gjennom året har mange røde korsarar gått igjennom den nye praktiske øvinga i førstehjelp. Målet med øvinga er å tilegne seg ferdigheit til å utøve

førstehjelp og tryggleik til å handle når situasjonen krevjer det.

VED Å GJERE NOKO, SÅ GJER EIN IKKJE NOKO FEIL

Eit mål er at det skal vere kapasitet til å lære vekk førstehjelp i alle lokalforeiningar, samt at alle kan bidra til å spre førstehjelpskunnskap i sine lokalsamfunn. Ein treng ikkje vere instruktør for å lære vekk enkel førstehjelp og alle kan bidra med å formidle det som er heilt avgjerande.

– Den viktigaste budskapet når det kjem til førstehjelp er å våge og stole på at det å gjere noko er betre enn å gjere ingenting, og eit minste noko kan vere å varsle, seier Margrethe Skåden, som er mangeårig frivillig førstehjelpskurshaldar for Røde Kors.

OPPLÆRING AV FRIVILLIGE OG FRIVILLIGE SOM LÆRER OPP FRIVILLIGE

Opplæring og trygging av frivillige har generelt vore ei viktig satsing gjennom 2022. For å sikre kvalitet i aktivitetane våre får alle frivillige i Røde Kors tilbod om opplæring og påfyll gjennom kurs og samlingar, både digitale og fysiske. Opplæringa skal styrke vår identitet og bidra til einskap i Røde Kors.

I tillegg til å få opplæring, kan ein òg gje opplæring. Frivillige kurshaldarar og instruktørar bidreg med kunnskap, erfaringar og ferdigheiter til andre frivillige som anten er ny i organisasjonen eller i ny aktivitet.

Sogn og Fjordane Røde Kors arrangerte 75 kurs i 2022. På desse kursa vart det tilsaman 729 deltakarar. Vi har utdanna 18 nye instruktørar i førstehjelp og 16 instruktørar på hjartestartar. Med god opplæring vonar vi at våre frivillige vert trygge i sine roller og i sine aktivitetar. Når ein ser det raude korset skal ein vere trygge på at den som ber korset er klar og trygg til å hjelpe og yte omsorg.

Eit barn på Bulandet skule får hjelp av student Thea Ljotebø til å sette plaster på skrubbsåret til Henry. Målet med Henry-opplegget er å utvikle barn sine evner til å syne omsorg og å hjelpe.

Innsats for flyktningar

DÅ KRIGEN I UKRAINA BRAUT UT I FEBRUAR STYRKA RØDE KORS BEREDSKAPEN SLIK AT INNKOMSTEN TIL NORGE SKULLE BLI SÅ GOD SOM MOGELEG FOR FLYKTNINGAR SOM KOM OVER GRENSA.

Då ordførar i Hyllestad kommune, Kjell Eide kom inn døra til informasjonsmøte om flyktningssituasjonen med ei kanne kaffi såg han rundt seg og vart overraska. To ting var sikkert, her var det mange som ynskja å bidra for flyktningane og han hadde laga for lite kaffi.

Dette fortel Jan Arvid Støyva, operativ leiar i Hyllestad Røde Kors Hjelpekorps og prosjektleiar for Røde Kors sin innsats for flyktningane i Hyllestad. Han skryt over sambygdingane sitt engasjement, samt samarbeidet Røde Kors har med kommunen. Kommunen kontakta raskt Røde Kors for å høyre kva dei kunne bidra med og for å kartlegge frivillige.

KLESINNSAMLING

Ei veke etter allmøtet i Hyllestad var det lokale Røde Kors i gong med klesinnsamling. Åtte damer frå Røde Kors Omsorg sto klare, dei fekk låne butikklokale gratis av Leirvik senter og folk sto i kø for å levere inn klede.

– Gjevargleda har vore enorm! All ære til bygdefolket. Når ein gjev klede så syner ein at ein ynskjer flyktningane velkomne og vil ha kontakt med dei, seier Grete Heimark Dale, ei av dei som har organisert innsamlinga.

I ein periode heldt Røde Kors Omsorg i Hyllestad butikklokalet ope to gongar i veka både for innlevering av klede og for at flyktningar som kom både frå Ukraina og andre land kunne komme og hente klede og utstyr.

MØTESTADAR

På Solbakken Asylmottak i Flora jobbar Eva Øverås Jensen. Ho sat på distriktsårsmøtet til Sogn og Fjordane Røde Kors då ho fekk beskjed om at ein buss med Ukrainske flyktningar var på veg. Som frivillig i Flora Røde Kors og som tilsett på mottaket byrja ho å forberede seg. Ikkje lenge etter var flyktningane på plass på mottaket og Flora Røde Kors opna dørene for dei.

55 av 90 ukrainarar i Florø møtte då Flora Røde Kors inviterte til samling for første gang i påska. Det var kaker, song og musikk, og både glede og tårer.

– Fire-fem jenter song nasjonalsongen, og foreldra grein og eg grein og alle grein. Det var ganske strekt, fortel Eva.

Ein gong i veka samlast ukrainarane på Røde Kors-huset i Florø. Då dei vart busette i lokalsamfunnet mista dei den naturlege møtestaden på mottaket og det dukka opp eit behov for å ha ein fast møteplass. Det vert lagt til rette for ulike aktivitetar for ungane, særleg innan kunst og handverk. Flora Røde Kors arrangerer tilsvarande møteplassar for flyktningar frå andre land.

– Det er viktig for oss å ha ein plass der barna våre kan møte andre barn og snakke ukrainsk. Og det er viktig at vi gjer noko meningsfullt, seier Olena, som er deltakar på desse samlingane og har med mannen og tvillingjentene sine.

– I Ukraina var barna engasjert i mange ulike aktivitetar, men her er Røde Kors einaste aktivitet, legg Olena til.

BEREDSKAP ER MEIR ENN REDNINGSAKSJONAR

Fleire lokalforeiningar har bidrege med aktivitet og støtte til flyktningar i 2022. Røde Kors har avtale med norske styresmakter om støtte til krisehandtering og mange av våre lokalforeiningar har samarbeidsavtalar med kommunen. Som beredskapsorganisasjon er Røde Kors til ei kvar tid budd på å handtere kriser og alvorlege hendingar og situasjonar.

Beredskap handlar om å sjå for seg det uventa. Gjennom øving og trening vert ein betre budd. Mange tenker på søk og redning når det er snakk om beredskap, men heilskapleg beredskap handlar i like stor grad om omsorg og psyko-sosial støtte. I ein rapport Røde Kors har laga om framtida sin frivillige beredskap kjem det fram at klimaendringar, fleire samtidige hendingar og flyktningstraumar er særlege utfordringar som vil påverke beredskapen.

Eva Øverås Jensen får ein god klem etter samling med dei Ukrainske flyktningane. Tiltaket til Røde Kors vert sett stor pris på og vert godt besøkt.



107

FRIVILLIGE I AKTIVITET
FOR FLYKTNINGAR OG
INNVANDRARAR

11

LOKALFOREININGAR HAR
VORE GJENNOM «HEILSKAPLEG
BEREDSKAP»

14

KOMMUNAR MED
BEREDSKAPSAVTALE
MED RØDE KORS

Søker **betre saman**

Å KUNNE SAMARBEIDE, BLI MEIR EFFEKTIVE OG Å JOBBE TRYGGARE ER MÅLET
NÅR REDNINGSHUNDANE OG ELVEREDNINGSGRUPPA ØVAR SAMAN.

Ein mann er sakna i Våtedalen i Gloppen. To grupper er på plass for å leite, elveredningsgruppa til hjelpekorpsa i Sogn og Fjordane og Norske Redningshunder Sogn og Fjordane. Vi er på samvirkeøving med dei to redningsorganisasjonane, eit scenario er presentert og redningshundene Nitro skal søke etter markøren som har gøynd seg i elva.

– Vi har opplevd gjennom mange år at det er ein tydeleg tendens til at redningshundane kan gje oss verdifull informasjon når vi ikkje veit kvar den sakna i elva er, og når vi ikkje har eit spesifisert nullpunkt å gå ut ifrå, seier Sølve Kiviranta, som er fagleiar for elveredning i Eid Røde Kors.

Nitro har på kort tid funne punktet der personen har hamna på elva. Hundeførar og elveredningsgruppa kikar på kvarandre, og det vert fort teke ei vurdering for vidare søk. Det vert iverksett søk medstraums elv, høgre. Nitro og hundeførar går i front og elveredningsgruppa i bakhand for å ikkje forvirre luktesansen til hunden.

FUNN FÅ MINUTT ETTER IVERKSETT SØK

Hunden går målretta langs elva og snuten sniffar ivrig. Berre fem minutt seinare vert det tydeleg at hunden har snust seg fram til noko av interesse, og han vil ut på elva.

Elveredningsmannskapet føl nøye med og gjer seg klar til å bistå, dersom hunden skulle hamne i

stri straum eller bli tatt av elva. Hunden går på og kastar seg i det kvite, brusande vatnet og sym til næraste stein. Han dreg seg opp, ristar på pelsen, hoppar og snusar seg vidare frå stein til stein.

Nokre sekund seinare høyrast applaus og gledesrop frå publikum, Nitro har funne markøren!

SIKKERT-NØYAKTIG-EFFEKTIVT

Ut i frå denne erfaringa kan ein ved neste aksjon kunne arbeide meir sikkert, meir nøyaktig og meir effektivt, som er eit av prinsippa innan søk og redning, som ein forkorta kallar SNE.

– Vi har samarbeida mange gongar og har hatt god dialog når vi har vore på oppdrag, men sånne samøvingar som dette gjer jo berre at vi kan samarbeide endå betre for framtida, seier Sølve.

For hundane og hundeførarane sin del er det tryggleik i å ha elveredningsmannskap i nærleiken. I etterkant av øvinga er hundeførar Helene Sæterdal tydeleg på at ho ikkje hadde slept ut hunden, slik som ho gjorde i dette tilfellet, utan å ha elveredningsgruppa der.

– At vi kan samarbeide, bli meir effektive og jobbe tryggare i lag, det vil vere viktig for leitemannskap, den sakna og pårørande. seier Sølve.

27

HJELPEKORPS

510

GODKJENTE
HJELPEKORPSARAR

70

AKSJONAR I 2022



Sølve Kiviranta er ein av hjelpekorpsarane i Sogn og Fjordane som har bygd seg opp spesialkompetanse på elv og er med i elveredningsgruppa til Eid Røde Kors. Her planlegg han, saman med dei andre redningsmannskapa korleis dei skal gjennomføre øving på søk med redningshunden.

Aktivitetar på sjøen er ein stor del av ferieopphaldet på Haugland. Her er ein familie og to frivillige utpå fjorden og padlar på SUP-brett. Dette er ikkje familien som er omtalt i teksten.

Ferie for dei som **treng det mest**

– DETTE ER AKKURAT DET VI TRENGTE! DET ER KJEMPEDEILIG FOR FAMILIEN Å FÅ EIN SÅNN FERIE SAMAN, SEIER MARWA, 13 ÅR.

Måndag morgon klokka ti ringer telefonen hos familien til Marwa. Nokon har meldt avbod grunna sjukdom og dermed har det dukka opp ein ledig plass for ein familie på «Ferie for alle».

– Vi sat heime og kjeda oss og vart veldig glad då vi hørde at det var ein ledig plass, fortel Marwa.

HEIV SEG RUNDT

Det var ingen tvil, familien ville på leir. Dei heiv seg rundt, pakka sakene sine og tre timar seinare var dei på plass på Haugland.

Familien på sju har vore deltakarar på «Ferie for alle» før, og dei tenkte at det var difor dei ikkje fekk plass denne gangen, fordi nye skulle få komme til.

– Sist var det berre regn, men denne gangen er der fint vêr, difor var det ekstra kjekt å få vere med, seier mor i familien, Rokayia.

Storebror har sommarjobb i barnehage og er difor ikkje med på leir denne veka, medan storesøster, Riham er med som frivillig. Storebror skal også vere frivillig ei av dei andre vekene. At barna går frå å vere deltakar til å bli frivillig, seier nok sitt om kor fint familien har hatt det på leir.

AKTIVITETAR PÅ FJORDEN

I år er det rundt 300 deltakarar og 60 frivillige fordelt på tre veker med leir på Haugland. Leirane skal gje ein etterlengta ferie for dei som treng det mest. Å ha kjekke dagar saman som familie er eit viktig avbrot i ein hektisk kvardag. På Haugland er alt lagt til rette for å få gode opplevingar saman.

Tilbodet er eit samarbeid med leirskulen UWC

Connect på Haugland. Dei har eit stort aktivitetstilbod, spesielt ved og på fjorden. Gjestane bur i internatet til UWC og et i kantina.

Familien til Marwa har delteke på dei ulike aktivitetane. Mor har ridd på hest medan far har stått på SUP-brett.

– SUP var det kjekkaste, seier Marwa, og ho legg til at det var gøy at pappa også var med.

AVHENGIG AV FRIVILLIGE

For å arrangere leirane er vi avhengig av å få nok frivillige. På kvar leir har vi om lag 20 frivillige som står på og gjer ferieleiren til ei god oppleving for familiane.

Storesøster Riham skal vere frivillig på alle dei tre ferieleirane på Haugland i år, i heile tre veker i strekk. Ho følger opp ei gruppe deltakarar, passsar på at dei har det bra og er orientert om programmet. Dei frivillige byrjar sitt opphald med ein dags opplæring. Vidare held dei på kvar dag frå morgonmøtet klokka ni, to rundar med aktivitetar, og vidare er det måltid, bading, bingo, kino og ungdomskveldar - det går i eitt heile dagen.

– Det er noko å passe på heile tida. Det er veldig gøy, men også litt skummelt, men vi frivillige hjelper kvarandre, fortel Riham.

Riham er glad for at familien fekk vere med i siste liten. For familien betyr det mykje å få ei veke avbrekk frå kvardagen.

– Det hadde ikkje blitt noko ferie på oss om vi ikkje hadde fått plass her, så vi er veldig glad for å ha fått denne veka saman som familie, seier mor.

361

DELTOK PÅ
FERIE FOR ALLE

83

FAMILIAR DELTOK
PÅ FERIE FOR ALLE

56

VAR FRIVILLIGE PÅ
FERIE FOR ALLE



Kårhild Brugrand er ein av dei frivillige som er med å arrangere fredagsmiddagane i Lærdal og er med på utflukt denne dagen. Her følgjer ho Signy Aspevik ut av drosja.



24

BESØKSTENESTER

610

FRIVILLIGE I
BESØKSTENESTER

25

NYE FEKK BESØKS-
VENKURS

Fredagsmiddag og utflukt for eldre i Lærdal

ANNAKVAR FREDAG SAMLAST HEIMEBUANDE MED BEHOV FOR Å KOMME SEG UT OG DEI SOM BUR I
OMSORGSBUSTADAR I LÆRDAL TIL MIDDAG OG HANDLETUR.

Ein gjeng er samla og det er spent stemning i gangen på Lærdal bu og omsorgsheim. Det er fredag og i dag arrangerer Røde Kors Omsorg utflukt.

– No skal vi på tur!, seier Knut Bjørkum fornøgd i det han kjem inn døra og møter resten av gjengen.

Då Røde Kors Omsorg i Lærdal vart kontakta av nokon eldre heimebuande damer som ynskja sosialt samvær, gjekk dei i lag med Frivillighetssentralen og starta tilbodet Fredagsmiddag.

Dei heimebuande som har trong for transport vert plukka opp heime, og køyrt på handletur før det er middag på omsorgsheimen. Svanhild Mo er ein av dei som nyttar seg av tilbodet.

– Det er voldsamt kjekt, for eg kjem meg ut og får snakka med folk, det er skikkeleg fint, seier Svanhild.

GODT Å KOMME SEG UT

Ei anna som brukar å vere med på fredagsmiddagane er Signy Aspevik. I dag skal ho og resten av gjengen på ein litt lenger tur enn vanleg, dei skal til nabobygda Øvre Årdal.

– Eg kjente meg trøtt i aftes, så eg var litt usikker på om eg skulle reise, men no går det greit. Det er godt å komme seg ut, seier Signy Aspevik.

Med på turen er frivillig Anna Kristine Damstuen og Kårhild Brugrand frå Røde Kors, Olaug Nundal og Astrid Bjørkum frå Frivillighetssentralen og Margunn Hagen Mo som er aktivtør på omsorgsheimen.

– Dette er eit sosialt tilbod i samband med at folk no bur lenger heime og samtidig er det fint for dei som bur her å få snakke med nokon utanfrå, seier aktivtør Margunn Hagen Mo.

FELLESSKAP

Praten går lett i det drosja køyrer ut av tunellen og i retning Årdal. Det er samtalar om kven som vaks opp der og kven som bur der, og om det fine vêret. Drosja stoppar ved Årdalssenteret og Kaffistova. Her ventar eit godt måltid.

– Det er Røde Kors som spanderer, innleiar aktivtør Margunn.

Over bordet går samtalar om minner frå barndommen, det er latter og det er glede. Nokon ord om kor god maten er kan også høyrast.

– Det var heilt nydeleg, no burde eg ha sprunge ei runde rundt huset, ler Inger Husum, som er ein av dei som er med på turen.

AVSLUTTAR MED HANDEL

Maten ligg i magen, kaffikoppene er tomme og det er tid for ei runde på kjøpesenteret, for dei som ynskjer. Her er det butikkar der ein kan få tak i ting som ein ikkje får heime i Lærdal.

Signy er på jakt etter eit par nye sko og med god hjelp klarer ho å finne nokon som passar perfekt på foten og til antrekket. På spørsmålet om ho ynskjer å ha dei på med ein gong, svarar ho.

– Neei, då er eg framand både i gatene og i skoa.

Signy skal sleppe å vere framand så mykje lenger, for no går turen attende til Lærdal.

– Det var ein heilt passeleg lang tur, men når eg kjem heim kjem eg nok til å sitte i ein stol resten av kvelden, seier ei fornøgd Signy.

Alle let vel over kor kjekt det har vore på tur og kor koseleg dei har hatt det saman. Signy uttrykkjer:

– Ein treng ikkje reise til Amerika for å ha det koseleg, det held å reise til Årdal.

Til topps for første gang

OLENA FRÅ UKRAINA VAR EIN AV 70 DELTAKARAR OG FRIVILLIGE SOM VANDRA GJENNOM ALLE ÅRSTIDER MOT TOPPEN AV HÅHEIMSFJELLET I JØLSTER.

Haglbyer knipsar på kinna og utsikta er stort sett grå, men likevel er det mange årsaker til at Olena Pylypenko er glad for å vere i Jølsterfjella denne dagen. Tre månadar tidlegare flykta ho frå Kiev til Førde, der mannen var i samband med jobb. Olena starta etter kvart på norskkurs og det var der ho høyrde om Røde Kors-arrangementet «Til topps» og ho meldte seg på sin første fjelltur.

DET EIGENTLEGE MÅLET

«Til topps» er eit årleg arrangement der dei som er nye i Noreg og frivillige frå Røde Kors går saman på fjelltur i passande tempo, med sikte på å nå toppen.

Det å nå toppen er topp, men det eigentlege målet er å bli betre kjent og kanskje meir integrert gjennom å oppleve meistring saman i norsk natur. På vegen opp førast samtalar på norsk, og det er plantar og andre vekstar ein kan studere og bli kjent med.

ALLE ÅRSTIDER PÅ EIN DAG

Halvvegs opp titter sola fram og i nokon sekund kan ein skimte toppen. Vêret endrar seg raskt og sommaren vi fekk ein ørliten smakebit av vert fort til haust. Skodda driv fram og tilbake og dekkar til tider heile toppen av Håheimsfjellet.

Dette hindrar ikkje sletne føter å setje i gang på neste etappe. Når ein er kledd i kortbukse, som nokon er, kan ein ikkje stå for lenge i ro før ein vert kald. Haust vert til vinter i det ei haglebyge kjem inn frå sida. Det nyttar ikkje lenger å gå fort for å unngå bitande kulde.

FJELLVETT SKAL OGSÅ LÆRAST

Når ein tek med seg ein gjeng meir eller mindre urøynde fjellvandrarar er tilpassing undervegs ein stor del av dei frivillige og meir fjellkjente sin jobb. Ved den første «narretoppen» er det mange som kjenner på kalde fingrar og tær og mangel av motivasjon.

– Vi må vere gode førebilete og følge fjellvettreglane. Når kroppen er sliten er det like godt å ta ei pause og kjenne etter om det er betre å snu, seier

fleirårig frivillig Grete Fischer frå Sogndal.

Mange er einige og vel nøgde med dagens innsats då fjellvettregel nummer åtte takast i bruk: Vend i tide, det er ingen skam å snu. Kanskje er dette noko av det viktigaste deltakarane har lært denne dagen?

«NARRETOPPAR» ER OGSÅ TOPPAR

Haglebya letta, vinter vert til vår og skodda trekk seg tilbake når ein innbitt gjeng tek fatt på dei siste stega mot det som vi igjen trur er toppen. Flokken samlar seg på toppen, fotograferer og smilar stort. Brått kjem det frå frivillig Svein Rune Myklebust

– Dette er ikkje toppen, varden er der borte.

Med frivillig Svein Rune frå Eid i tet, heng ein god gjeng med mot den høgaste toppen. Dei som ikkje heng seg på, har nådd ein topp og er godt nøgde med den. Svein Rune som er med som frivillig 4. året på rad har sjølv bikka 80 år, men sprett lett mot varden.

Meistringskjensla er komplett då Olena tek dei siste stega mot toppen på 1075 meter over havet.

– Eg har ikkje ord, er det einaste Olena klarer å uttrykke, medan ho skuar utover vakker fjell- og fjordutsikt.

I boka der alle som når toppen skriv namnet sitt, skriv Olena «Eg er veldig glad for å vere her», med eit lite smileteikn bak. Sjølv smiler ho frå øyre til øyre.

Nokon har hatt sin første fjelltur, og forhåpentlegvis ikkje sin siste. Nokon nådde toppen og alle nådde målet, å bli litt betre kjent både med norsk natur og med kvarandre, og kanskje også med seg sjølv?

Ein god gjeng trossa det skiftande vêret og kom seg til toppen. Der vart dei lønna med sol. Olena frå Ukraina står til høgre i bilete.

70

DELTAKARAR PÅ
«TIL TOPPS»

325

DELTOK PÅ LOKALE
FAMILIEDAGAR

7

LOKALE
INTERNASJONALE
MØTEPLASSAR



70

DELTOK PÅ
FYLKESTREFF

4

RØFF-LAG I
SOGN OG FJORDANE



Frivillig Denice van Dijken har fått i oppgåve å syne korleis ein trygt kan stoppe ein grytebrann ved å legge loket over gryta.

Rekorddeltaking på Fylkestreff for unge

RØDE KORS UNG SAMLA 70 UNGDOMMAR TIL FYLKESTREFF PÅ NESHOLMEN FOR Å LÆRE OM VIKTIGE RØDE KORS-TEMA OG Å HA DET KJEKT I LAG.

– Dette er det viktigaste de har i heimen, innleiar brann- og beredskapssjef i Gloppen Kommune, Kjell Aske medan han held ein røykvarslar i handa.

Ungdom i alderen 13– 18 år frå heile Sogn og Fjordane er samla på Fylkestreff på Nesholmen, og brannøving er på timeplanen. Brannsjefen med det klingande etternamnet Aske fortset med å oppfordre ungdommen til å sjekke om røykvarslarane heime fungerer når dei kjem heim etter leiren.

FELLESSKAP OG FØRSTEHJELP

På leir med Røde Kors er det klart at ein må lære om førstehjelp, beredskap og samband. Ein del av ungdommen har kjennskap til Røde Kors ved å vere med i Røde Kors førstehjelp og friluftsliv (RØFF), medan for andre er det første møte med Røde Kors.

– Ungdommane kjem hit for å lære førstehjelp og branntryggleik på ein kjekk og praktisk måte, fortel leirsjef Olaug Søvde-Berg.

Ungdommane vart delt inn i ulike grupper og vart sendt rundt på ulike stasjonar. På kvar stasjon fekk ungdommane prøve seg på praktiske utfordringar, dei fekk mellom anna øve på hjarte-lunge-redning, sideleie, bandasjering og på å slukke brann.

– Eg har lært mykje nyttig, som eg tek med meg vidare, til dømes frå brannøvinga. No veit eg meir om korleis eg kan redde liv, seier deltakar Wafaa Shwan frå Florø.

KJENNSKAP OG VENNSKAP PÅ TVERS AV KOMMUNEGRENSER

I tillegg til å lære nyttig kunnskap er det også viktig at ungdommen har det sosialt og kjekt i lag. Wafaa kom som einaste deltakar frå Florø, men det tok ikkje lang tid før ho hadde fått nye vener.

– Eg trur det betyr mykje for ungdommen å komme hit, det er mykje sosialt og det er kjekt for dei å møte ungdommar frå andre kommunar og lokallag, seier Olaug Søvde-Berg.

Signe Grøttbø Undal frå Lærdal har vore med i RØFF sidan dei starta opp der for to år sidan, og ho kan ein del om både førstehjelp og friluftsliv, men likevel er det noko ho har lært meir om på Fylkesleiren.

– Eg har lært meir om å bli kjent med nye folk, for det er eg ikkje så flink til vanleg, så eg har blitt flinkare til det, seier Signe.

LIVSVIKTIG KUNNSKAP

I tillegg til brannøving og førstehjelp fekk ungdommane øve seg på bruk av samband, dei fekk lære å legge katastrofesminke og dei fekk prøve seg på ei situasjonsøving. Dette er kunnskap som ein kan ha trong for dersom ein i framtida ynskjer å verte frivillig i Røde Kors, men det er også kunnskap det er nyttig å ha i livet elles.

Målet med Fylkestreff for unge, ved sidan av å vere eit sosialt treffpunkt og ein introduksjon til Røde Kors, er å gje ungdommen nyttig og livsviktig kunnskap som dei tek med seg heim, men forhåpentlegvis ikkje får bruk for.

Kanskje kan dei gje klassekameratar nokon tips om kva dei skal gjere om dei kjem til ein stad der nokon er i fare eller har skada seg. Og kanskje kom det 70 ungdommar heim til familien sin på søndag for å teste røykvarslarane?

Unge gleder eldre med besøk

– DEI UNGE ER BRA FOR OSS, OG EG TRUR KANSKJE VI ELDRE KAN VERE BRA FOR DEI YNGRE OGSÅ, SEIER OLAI TEFRE (86).

Ein gong i veka besøker Ivar Bruvik Sætre (30) Olai Tefre på Førde Omsorgssenter. Ivar er ein del av Besøksteneste Ung som Førde Røde Kors Ungdom sette i gong i 2020 og som fleire lokalforeiningar i distriktet jobbar med å utvikle. Konseptet er det same som den ordinære besøkstenesta, frivillige besøker nokon som treng eller ynskjer kontakt med andre menneske.

– Eg tykkjer det er kjekt å gjere noko som er nyttig for andre. Folk som har levd litt veit jo mykje og har mykje å snakke om. Det er berikande for mitt liv, seier Ivar.

MYKJE TIL FELLES

Ivar og Olai har mykje til felles, sjølv om det er over 50 år mellom dei. Ivar er journalist i lokalavisa Firda og Olai er ivrig lesar av avisa.

– Eg merka fort at Olai er oppdatert, reflektert og oppteken av samfunnet, og det passar meg fint, seier Ivar.

Tida saman nyttar dei til å prate eller til ein luftetur i nærområdet.

– Med tanke på Ivar sin bakgrunn står vi ikkje heilt fast når det gjeld emne til å prate om ting. Og han kvir seg ikkje på å ta ein tur med rullestolen, seier Olai.

Olai har familie som kjem innom av og til og som hjelp han med det han treng, men han tykkjer at det er fint å ha fleire å spele på.

– Når det kjem nokon som kan ta meg med ut litt og eg har lokalavisa å lese, så får eg fylt dagen på ein god måte, seier Olai.

BESØKER SAMAN

Guro Gjernes Nedrevåg (23) og Synne Skrede (22) er også ein del av Besøksteneste Ung. Guro og Synne er studentar i Førde og tykkjer at det å vere besøksven som student er fint for å utvide nettverket.

– Eg tenkte at det var kjekt å bli med på noko og å engasjere seg, og samtidig bli kjent med fleire i Førde, også utanfor studentmiljøet, seier Guro.

Guro og Synne er besøksvenner saman og går i lag når dei skal besøke sin ven. Det kan vere fint å vere to om ein syns det er litt skummelt i starten, eller om den ein besøker ikkje pratar så mykje.

Dei besøker vanlegvis ein gong annakvar veke, men det er veldig fleksibelt. I periodar er Guro og Synne i praksis, og då kan det gå lenger tid, eller kanskje besøker berre ein av dei.

– Det krev ikkje så mykje av oss å besøke annakvar veke, men det er veldig kjekt for den ein besøker, og ein får jo ei glede sjølv også av å gå på besøk, seier Synne.

SOSIALT PÅ FLEIRE MÅTAR

For å bli besøksven melder ein seg som frivillig i Røde Kors, og deretter vil ein få tilbod om besøksvenkurs. Kurset går over ein kveld.

Unge kan sjølvstøtt vere besøksvenner om der ikkje er ei eiga besøksteneste for unge i lokalforeininga. Det som skil Besøksteneste Ung frå andre unge besøksvenner er at det er eit sosialt opplegg der dei unge besøksvenene kan dele erfaringar og ha det hyggeleg saman.

– Det er fint at vi er ein del av Røde Kors Ung og kan bli kjent med nokon som vi ikkje hadde blitt kjent med elles, seier Guro.

YNSKJER FLEIRE UNGE BESØKSVENER

Olai er nøgd med å ha ein ung besøksven, og han tykkjer det er ei god ordning.

– Pensjonistar har vi jo nok av her på omsorgssenteret. Vi treng litt nytt blod. Eg trur at det er tenleg både for dei gamle og dei unge, seier Olai med eit smil.

Besøket går mot slutten. Ivar avtalar å komme tilbake til fast tidspunkt og han takkar for stunda. Tilbake kjem det frå Olai:

– Takk for no, det var hyggeleg og oppbyggeleg.



Olai Tefre (86) og Ivar Bruvik Sætre (30) skjønnte fort at dei har mykje til felles som dei kan prate om. Besøka brukar dei gjerne til å snakke om det som skjer i verda og i lokalsamfunnet.

Dronepilot Terje Ryssdal er fokusert når han sender drona opp i lufta. Terje er ein av tre dronepilotar i dronegruppa til Gloppen Røde Kors Hjelpekorps.



Leitar frå lufta

EIN BÆR-PLUKKAR ER SAKNA I SKOGEN NEDANFOR RYSSDALSHORN VED SANDANE. HELDIGVIS FINNST EIT HJELPEMIDDEL SOM KAN FÅ FORTGANG I LEITINGA.

Den varme haustdagen byrjar å gå mot kveld, temperaturen synk og det byrjar å skumre. To søkelag frå Gloppen Røde Kors er samla for å øve på søk, eit lag til fots og eit lag med drone.

– Vi får sjå kven som finn ho først, seier Ola Apalset, leiar for dronegruppa i Gloppen.

ØVER PÅ SØKEMETODAR

Det er første gong dronegruppa i Gloppen øver på søk etter levande menneske. Dagens dronepilot Terje Ryssdal har flydd ein del tidlegare, men har fram til no øvd mest ved å søke etter kviger.

– No har vi hatt drona sopass lenge at vi kjenner den litt, så no er det meir søkemetodar vi øver på, fortel Terje Ryssdal.

Ein skal alltid vere to når ein gjer søk med drone. Øystein Torheim frå Eid Røde Kors Hjelpekorps er co-pilot, og den viktigaste oppgåva han har er å halde eit blikk på drona.

– Høyr godt etter helikopter, dei kan komme fort, og dei har eg ikkje lyst å vere i nærleiken av, seier Terje til co-pilot Øystein.

Ein av metodane ein nyttar er varmesøkande kamera. Når ein søker med termisk kamera kan ein bli lurt av steinar og berg som held på varmen. Ein må øve på å klare å skilje dei frå menneske.

Ikkje lenge etter «take off» kan vi sjå fem kvite kviger på det skjermen.

– Då veit eg at dei har det godt, seier Terje, som er bonde i området og eig kvigene.

NYTTIG VERKTØY

Dronegruppa i Gloppen Røde Kors hjelpekorps er den einaste operative drone-gruppa mellom Trondheim og Bergen. Det første offisielle oppdraget for dronegruppa var å søke der det gjekk skred i Kjenn-dalen ved Loen i sommar.

– Det var nyttig å bruke drona for å sjå og søke der det var utrygt å sende inn folk. Då slepp ein å sette folk i fare, fortel Ola Apalset, som i tillegg til å vere leiar for dronegruppa også er medlem i ressurs-

gruppe drone, på nasjonalt nivå.

Eit søk i opne landskap og i fjellet kan gå fort, medan søk i skog kan vere meir utfordrande og krevjande.

– Søker nokon ly under eit tre, så ser vi ikkje igjennom bladverket, seier Terje, men legg til at dei forhåpentlegvis flyttar seg til meir opne områder om dei høyrer drona.

Kveldens sakna person og bærplukkar ynskjer truleg ikkje å bli funnen med ein gong og har gøymd seg godt inne i skogen. Likevel klarer dronepilot Terje å finne den sakna, med god hjelp frå det termiske kamera.

– Utan å ha sett varmesignala først, så er ho ikkje god å sjå, seier Terje medan han zoomar tett inn på bærplukkaren.

Like etter funnet byrjar drona å pipe og gjer signal om at batteriet byrjar å tømmast. Den stressande pipelyden gjer at Terje gløymer noko før han flyg drona tilbake for å byte batteri.

VIKTIG LÆRDOM

Søkarane på bakken søker vidare i det området drona hang før ho returnerte til piloten. Drone-pilotane prøver å finne attende til den sakna, men strevar med å finne tilbake til den riktige lokasjonen.

På sambandet får dronepilotane inn melding om funn. Eit snev av irritasjon kan merkast hjå dronepilotane, som tross alt var på sporet av den sakna først.

Kven som var først med å finne den sakna kan diskuteras, men hjelpa frå drona var uansett nyttig.

Terje sender drona for å sjå kvar den sakna er funnen då han kjem på kva han burde gjort då han såg den sakna første gang. Han burde merka av kvar drona var, slik at han lett kunne finne tilbake.

– Då har vi lært noko. Den kjem eg til å hugse lenge, seier Terje.

Det er tross alt det viktigaste med ei øving, å lære noko.



MÅL FOR HUMANITÆRE INNSATSOMRÅDE

2.1 REDDE LIV

MENNESKE ER BUDD PÅ, OVERLEVER
OG KJEM SEG RASKT ETTER KRISE



Distriktet skal være pådriver for å sikre kapasitet og kompetanse innan beredskap, slik at lokale ledd er godt budde på kriser. Det skal skje ved:

- å auke kunnskapen, oppdatere planverk og gjennomføre øvingar
- støtte til samhandling med kommunane
- å styrke beredskapen på dei humanitære følgjene av klimaendringar
- å auke førstehjelpskunnskapen blant eigne frivillige og i lokalsamfunnet

Distriktet skal være pådriver for å sikre nødvendig kapasitet og kompetanse innan søk og redning for å dekke behova i området vårt. Det skal skje ved å:

- sikre stabilt tal operative hjelpekorps med kompetente leiarar
- sikre tilvekst av nye, godkjende hjelpekorpsarar
- utdanne nye aksjonsleiarar og fagleiarar skred
- opprette skredgruppe i Sunnfjord.

2.2 TRYGG OPPVEKST

BARN OG UNGE UTVIKLAR SEG I TRYGGE
OG AKSEPTERANDE OMGJEVNADER,
PREGA AV INKLUDERANDE FELLESSKAP



Distriktet skal være pådriver for at barn og barnefamilier med utsett økonomi og som er i utsette livssituasjonar, får opplevingar som dei kan bygge vidare på i kvardagen. Det skal skje ved å:

- arrangere tre Ferie for alle-leirar på Haugland, og éin vinterleir i Stryn
- legge til rette for gode opplevingar i juletida, som gåver og arrangement

Distriktet skal være pådriver for at barn og unge får kunnskap som utviklar gode haldningar og gode handlingar overfor andre. Det skal skje ved å:

- fremme aktuelle tema som ung psykisk helse, utestenging, seksualitet og seksuell helse
- legge til rette for lokale tilbod for målgruppene til Barnas Røde Kors, RØFF og Røde Kors Ungdom

2.3 VERDIGE LIV

MENNESKE LEVER TRYGGE OG VERDIGE
LIV MED HØVE TIL UTVIKLING



Distriktet skal være pådriver for sikre nødvendig kapasitet og kompetanse til at menneske med behov for sosial kontakt opplever å bli sett og blir inviterte med i aktivitetar. Det skal skje ved at:

- frivillige blir inviterte til kvalifiserande temakurs innan omsorgsfeltet, m.a. om demens
- besøkenstene utviklar lokale tilbod som ein-til-ein-besøk og besøksvenn med hund.
- fleire lokale ledd legg til rette for inkluderande møteplassar og fellesarrangement lokalt

Distriktet skal være pådriver for at migrantar opplever inkluderande støtte i si sosiale etablering i lokalsamfunnet. Det skal skje ved:

- opne møteplassar, fellesaktivitetar og arrangement som fellesturar og familiedagar
- felles Til Topps-tur i regi av distriktet



MÅL FOR ORGANISATORISKE INNSATSOMRÅDE

3.1 HUMANITÆR EFFEKT

VI PRIORITERER OG GJENNOM-
FØRER HUMANITÆR INNSATS
SOM HAR EFFEKT

**Distriktet skal være pådriver for at den humanitære innsatsen lokalt er behovs-
retta, har frivillig berekraft på kort og lang sikt, og for å styrke aksepten og
forståinga for humanitære behov i lokalsamfunna våre. Det skal skje ved å:**

- synleggjere humanitære utfordringar i distriktet, humanitær aktivitet og effekten av denne
- støtte lokale ledd i deira lokale synlegheitsarbeid med same føremål
- bruke offentleg statistikk (Samfunnspuls) som grunnlag for utvikling av aktivitet
- samarbeide med andre om utviklingsprosjekt som gjev erfaring og læring (inkl. Georgia Røde Kors)

3.2 STYRKE FRIVILLIGHEITA

VI INSPIRERER, MOBILISERER
OG KLARER Å FÅ MEDLEMMER
OG FRIVILLIGE TIL Å BLI

**Distriktet skal være pådriver for å styrke den lokale Røde Kors-organisasjonen
med fleire engasjerte medlemmer. Dei som melder seg vert kontakta, får
opplæring og kjem i aktivitet. Det skal skje ved:**

- effektiv oppfølging av frivillige i dialog og samhandling med aktuelle lokale ledd.
- opplæring i og hjelp til lokale frivillige i å bruke dei administrative verktøya i organisasjonen
- sikre god informasjonsflyt internt via Agenda, Korsveien, Teams og andre plattformer.
- meir planmessig medlemsrekruttering og medlemsoppfølging

3.3 OPEN OG ENDRINGSDYKTIG

VI VIDAREUTVIKLAR OSS SOM
EIN OPEN OG ENDRINGSDYKTIG
ORGANISASJON

**Distriktet skal være pådriver for at lokale ledd legg ei bevisst, framtidsretta
retning for eiga utvikling innan prioriterte område som organisasjons- og
beredskapskultur. Det skal skje ved å:**

- bidra til involverande og fordomsfri dialog internt i organisasjonen og overfor andre
- gje innsyn og oppmøde til deltaking i organisasjonsprosessar ved bruk av digitale løysingar
- invitere frivillige som er eigna og interesserte, tidlegare med i kvalifiseringsprosessar til verv
- handsame personopplysningar i samsvar med den nye personvernlovgjevinga

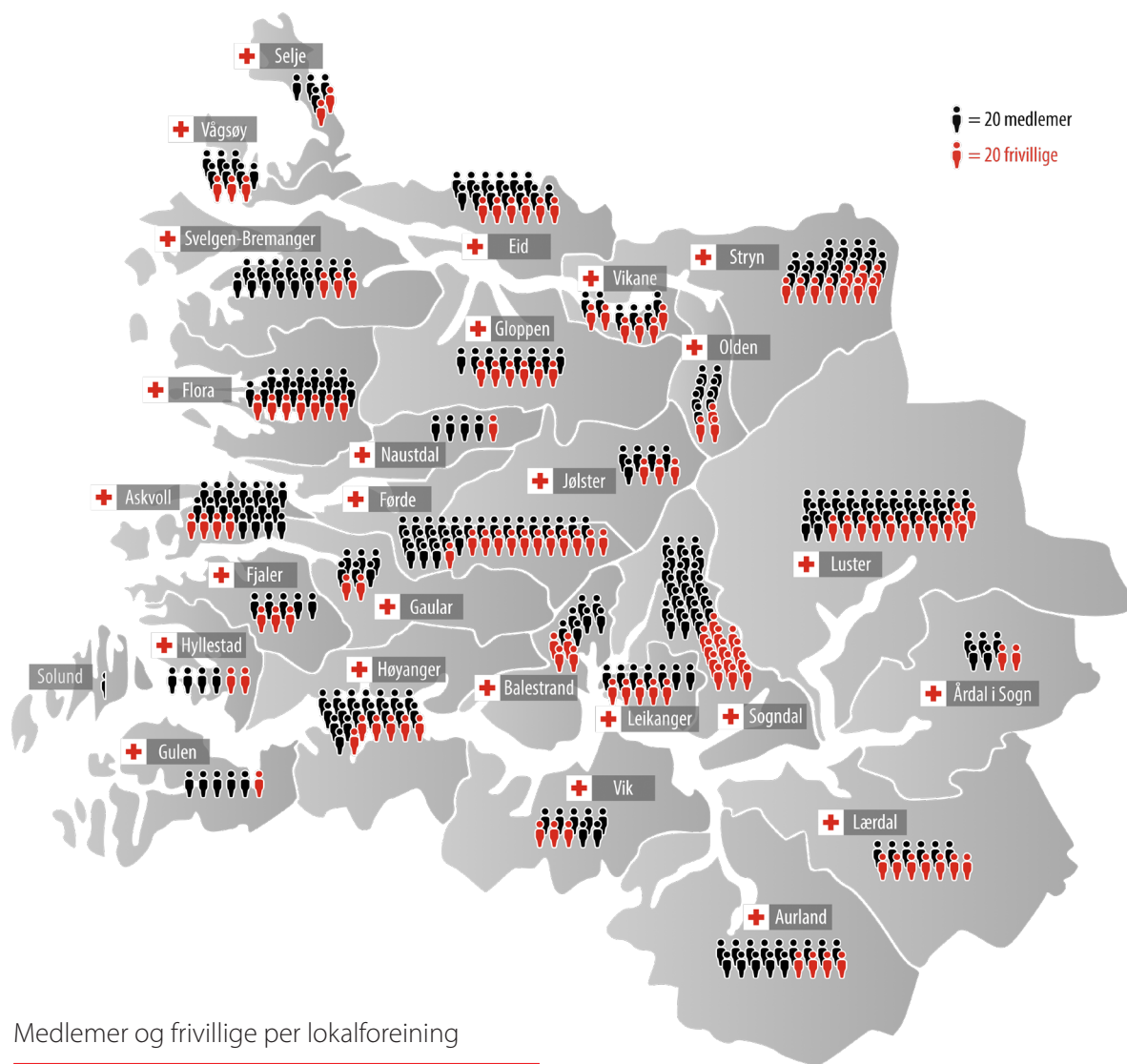
3.4 BEREKRAFTIG OG ANSVARLEG

VI SIKRAR TILLIT HJÅ VÅRE
DELTAKARAR, FRIVILLIGE,
GJEVARAR OG SAMFUNNET
RUNDT OSS VED Å GJENNOMFØRE
AKTIVITET PÅ EIN BEREKRAFTIG
OG ANSVARLEG MÅTE

Distriktet skal være pådriver for at:

- frivillige og deltakarar vert godt iarett ved planlegging og gjennomføring av aktivitet
- lokale vurderingar av frivillig og organisatorisk berekraft skal vektleggast ved nye satsingar
- inntektsarbeidet vert styrkt for å sikre flest moglege tilgang på hjelp
- informasjon om korleis vi brukar midlar og leverer resultat, vert gjort tilgjengeleg og formidla
- det vert sett utviklingsmål som reduserer klima- og miljøavtrykk, og som er etisk forsvarlege
- lokale styresmakter har meir merksemd på humanitære konsekvensar av klimaendringane

Frivilligheit og medlemsskap



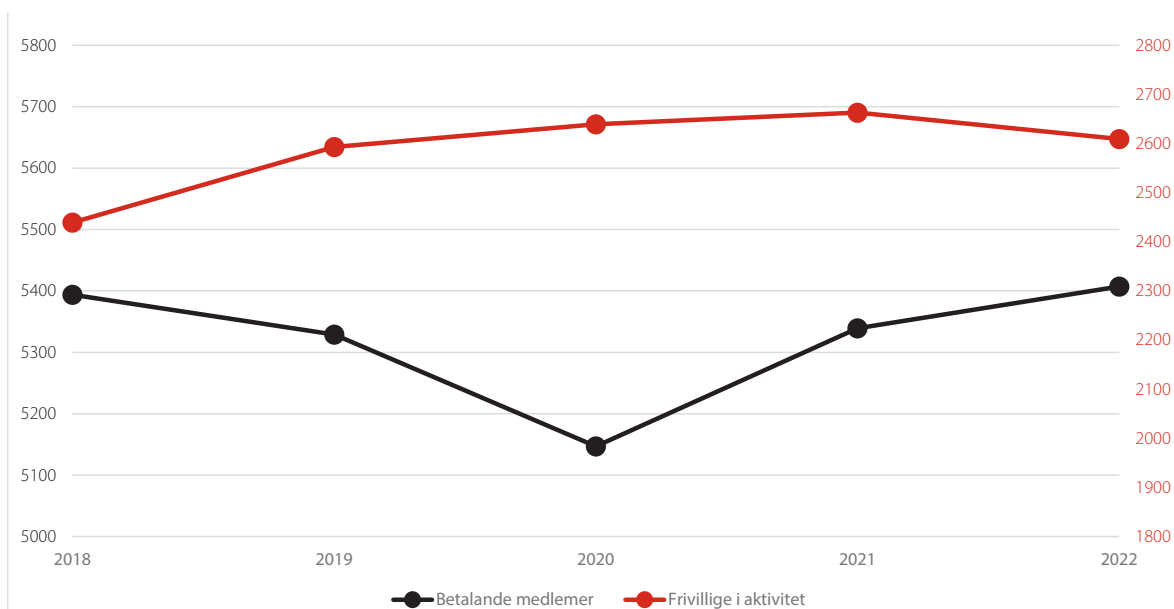
Medlemmer og frivillige per lokalforeining

Medlemmer er personar som har teikna medlemskap i Røde Kors. Medlemstalet for 2022 er summen av medlemmer som har betalt kontingent det året.

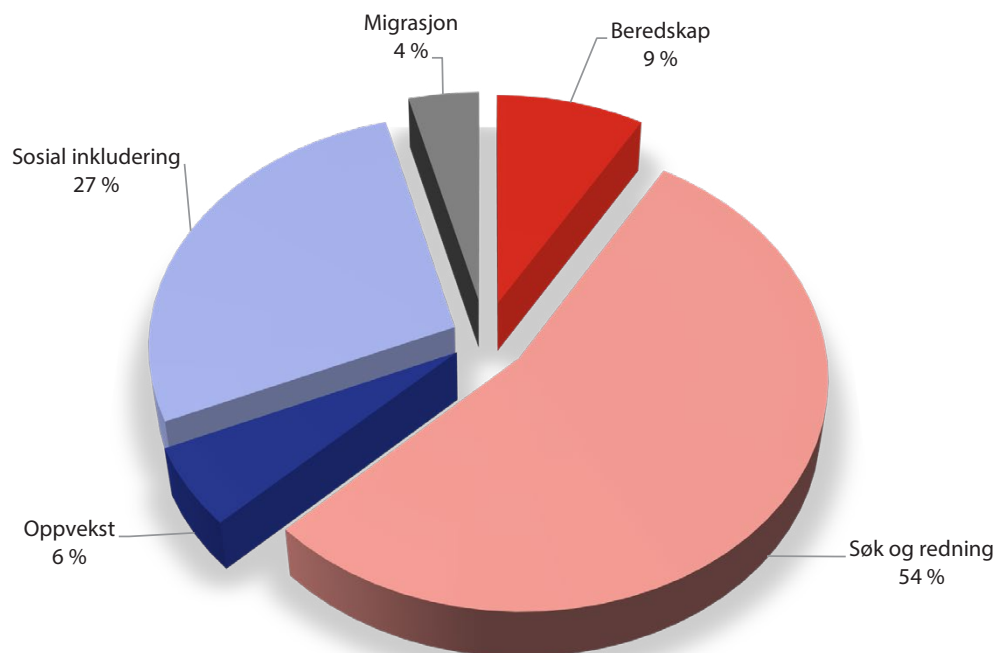
Frivillige er personar som deltek i lokale humanitære aktivitetar, til dømes hjelpekorpsset eller besøkstenesta. Talet på frivillige er summen av personar som er registrerte i ein slik aktivitet.

Svært mange frivillige er òg medlemmer. Difor overlappar desse gruppene kvarandre til ein viss grad.

Medlemstal og frivillige i distriktet



Frivillige etter innsatsområde



Styret i Sogn og Fjordane Røde Kors

VALT AV ÅRSMØTET I 2022



LEIAR
SYNØVE SANDE
Svelgen/Bremanger
907 26 012
laila.sande@rodekors.org



BERIT FLÆTHE ARNTSEN
Høyanger
481 28 842
berit.arntsen@rodekors.org



NESTLEIAR
JON ATLE SAGEBØ-RISE
Svelgen/Bremanger
902 83 890
jon.rise@rodekors.org



PER KRISTIAN STOREVIK
Stryn
915 85 232
per.storevik@rodekors.org



ANITA HJØNNEVÅG
Balestrand
412 34 039
anita.hjonnevag@rodekors.org



DISTRIKSRÅDSLEIAR OMSORG
ARNE DALE
Hyllestad
950 39 740
arne.dale@rodekors.org



PER RIMMEN
Flora
971 76 479
per.rimmen@rodekors.org



DISTRIKSRÅDSLEIAR HJELPEKORPS
ANITA KRISTIN VIK
Stryn
902 20 299
anita.kristin.vik@rodekors.org



NORVALL NØRINGSET
Førde
950 38 575
norvall.noringset@rodekors.org

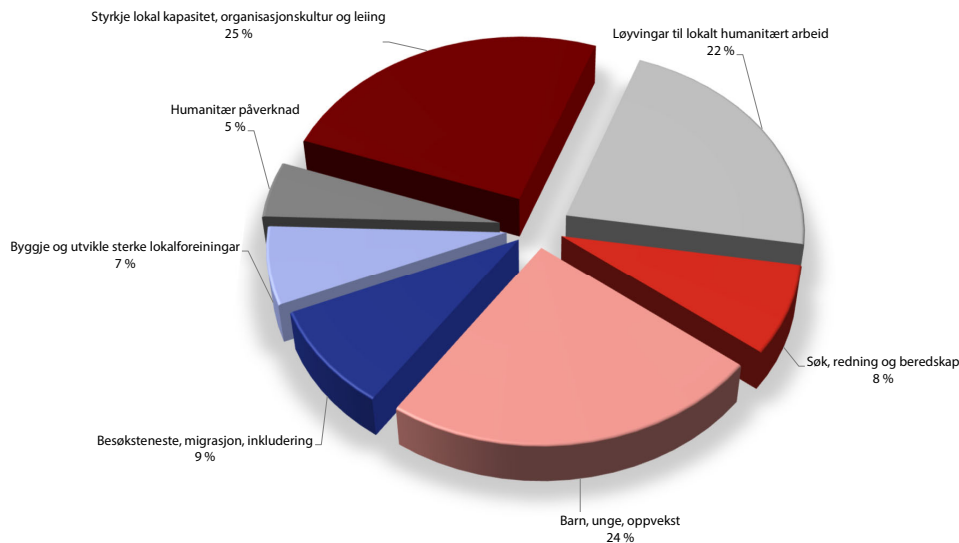


DISTRIKSRÅDSLEIAR UNGDOM
JOSTEIN VEDVIK
Førde
468 22 293
jostein.vedvik@rodekors.org

Aktivitetsrekneskap

	2022	2021
Inntekter	16 827 040	13 831 647
Medlems- og giverinntekter	1 583 182	523 755
Tilskott	14 734 505	12 951 982
Inntekt frå aktiviteter	417 772	319 737
Finans og investering	91 582	36 173
Kostnader	17 617 501	13 516 556
Til føremål	16 827 584	12 983 526
Administrasjon	789 917	678 532
Skaffe midlar	-	-69 212
Resultat	-790 462	351 091

Utgifter til føremål



Slik kan du støtte oss

HER ER EI LITA OVERSIKT OVER KORLEIS DU KAN HJELPE OSS Å HJELPE INNBYGGJARANE I SOGN OG FJORDANE.

BLI MEDLEM

Ved å bli medlem gjev du eit viktig økonomisk bidrag, men medlemstalet syner også kor mange som ønskjer å stille seg bak våre verdiar og støtte vår innsats. Kontingent er på 300 kroner.

Finn ut meir på www.rodekors.no/medlem

BEDRIFTSSAMARBEID

Vi ønskjer langsiktige samarbeid med næringslivet for å legge til rette for humanitær innsats, både lokalt og på fylkesnivå. Det finst eit utal aktivitetar som di verksemd kan vere med å støtte, til beste for innbyggjarane våre. Ta gjerne kontakt via www.rodekors.no/sfj

PANTELOTTERIET

Eit miljøvenleg lotteri der flaskepanten vert brukt som innsats. Trykk på Røde Kors-knappen når du pantar flasker. Du finn «våre» automatar i nokon Coop-butikkar, Kiwi, Rema 100, Meny og Spar.

GÅVE

Mange ønskjer å bidra med eingongsbeløp til Røde Kors, til dømes våre humanitære ferieleirar. Du kan finne meir informasjon på www.rodekors.no eller nytte bankkonto 3700.20.27616.

GRASROTANDELEN

Alle som spelar Norsk tipping sine spel kan velkje kven som skal få sju prosent av innsatsen i direkte Grasrotandel. Her kan du velkje Røde Kors direkte i tippedisken, hjå kommisjonæren, på nett eller mobil. Les meir på www.norsk-tipping.no/grasrotandelen.no

START DI EIGA INNSAMLING

Med digital innsamlingsbøsse kan du samle inn pengar til føremål du brenn for. Du kan enkelt sende den digitale bøssa vidare til vener eller familie. Les meir på www.minaksjon.rodekors.no

Sogn og Fjordane Røde Kors

Langebruvegen 28, 6800 FØRDE

Telefon: 57 72 31 30

E-post: dk.sognogfjordane@redcross.no

Organisasjonsnummer: 983 198 422

Bankkonto: 3700.20.27616

Les meir på: www.rodekors.no/sfj



rodekors.no/sfj



youtube.com/sfrodekors



[@sfrodekors](https://www.facebook.com/sfrodekors)



[@sfrodekors](https://www.instagram.com/sfrodekors)

**RØDE KORS-PRINSIPPA: HUMANITET,
UPARTISKEIT, NØYTRALITET, UAVHENGIGHEIT,
FRIVILLIGHEIT, EINSKAP, UNIVERSALITET**



Røde Kors Sogn og Fjordane