

ÅRSMAGASIN 2023

 **Røde Kors**
Sogn og Fjordane



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 Humanitær kraft i godt samarbeid	4
MIGRASJON Velkomne skal de vere!	6
SØK OG REDNING Verdien av å vere kjentmann	8
OPPVEKST Har funne venskap for livet på «Ferie for alle»	10
VERDIGE LIV Opplevingar saman	12
MIGRASJON Hjelp til dei utan rettar	14
UNGDOM Inspirerar ungdom til framtidig engasjement	16
MIGRASJON «Til topps» for meistring, glede og fellesskap	18
HUMANITÆRE VERDIAR Det finst reglar i krig	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: Vejbjørn Sture, Thomas James **Layout:** Wenche Takle.

Framsidedfoto: Astrid Alme i Luster Røde Kors Hjelpekorps skuar ut over fjella i Jotunheimen, der det kvart år ventast storinnrykk av påskefjellturistar. Gjennom vinteren gjer hjelpekorpsa viktige førebuingar for å vere klare for eventuelle aksjonar gjennom topturssesongen og i påska.

Årsmagasinet 2023 er ein illustrasjon av den formelle årsmeldinga, som finst som eigen publikasjon. Der finn du fullstendig rekneskap med revisormelding og eigne årsmeldingar frå styret, råd og utval.

Frivilligheita er viktigare enn nokon gong

Synøve Sande leiar i distriktstyret, Sogn og Fjordane Røde Kors.



Våre frivillige står i aktivitet alt i frå ein gong i året til fleire gonger i veka. Kvart bidrag er viktig, og kanskje ekstra viktig i desse tider.

Også i Sogn og Fjordane ser vi verknadene av uro, krig og konflikt i verda. Tett opp mot jul såg vi korleis auka levekostnader har bidrege til ein trist rekord i vårt distrikt. Talet utdelte julegleder til barn i familiar med utfordrande økonomiske levekår har auka med over 500 frå i fjor.

Frivillige møter det auka behovet ved å samle inn klede, pakke inn gåver, dele ut mat til høgtida, og invitere til aktivitet og møteplassar. Når lokalföreiningane våre melder om auka behov for hjelp til dei som slit, stiller folk opp. Ein barnehage på Eid laga kunstutstilling og samla inn 10 000 kroner. Ein skule i Selje laga omvendt julekalendar og samla inn 15 000 kr. Pengane gjekk til gåver og mat til barn i jula. Det er mange døme på at folk bryr seg.

Ved å investere tid syner ein at ein bryr seg. Tid til ein prat, tid til å ete saman eller den tida det tek å nøye velge ut og sirlig pakke inn ei julegåve. Ei samtale, god mat og det å bli sett kan gjere ein skilnad for mange.

«Ingen ser smerta vår, eller forstår den», sa Efram, som har budd i Noreg i 15 år utan papir. Han bur no på Solbakken Asylmottak i Florø.

Før jul fekk dei 31 såkalla papirlause flyktningane som bur på Solbakken, beskjed om at Røde Kors inviterte til fest. «Det var veldig fint, vi var lykkelege ei lita stund. Festen skulle vart i 2-3 dagar»,

sa Mathias, ein av flykningane. Han kjente seg sett, nokon såg at dei hadde behov for ein kveld utan bekymringar.

Ulike initiativ i bygder og tettstadar rundt om i heile Sogn og Fjordane bidreg til lyspunkt, til noko å snakke om og noko å gle seg over, og til å kjenne seg sett. Bygdene våre vert rikare når vi, både små og store, yngre og eldre, opplever å bli sett. Å vere del av noko. Eg er stolt av å vere del av eit Røde Kors som er aktivt med på å gjere ein skilnad for folk rundt om i heile Sogn og Fjordane. Anten det skjer i Røde Kors-regi, der lokalt Røde Kors samarbeider med andre lokale krefter eller der våre frivillige engasjerer seg i andre lokale initiativ.

Det er mange døme på at vi vert sterkare saman. I årsmagasinet kan du lese om nokre av dei.

Norsk luftambulanse skreiv om luftambulanselegen som skildra møtet med 80 hovudlykter som var i gang med søk i det helikopteret skulle lande i utfordrande vær. «Vi må gjere det vi kan for å bevare dette», sa luftambulansenlege Øyvind Thomassen. Frivilligheita og samarbeidet er løysinga under krevjande oppdrag, og den er løysinga i krevjande tider.

Ved uventa hendingar, kriser eller når det er uro i verda er vi nødt til å samarbeide. Vi kan ikkje sitte på kvar vår haug. Det blir ikkje resultat og endring av det. Det er viktigare enn nokon gong, og det blir viktigare framover: - Saman støttar vi dei som treng ei utstrakt hand.



26

LOKALFOREININGAR

5674

MEDLEMMER

2583

FRIVILLIGE

Sogn og Fjordane Røde Kors Hjelpekorps samarbeidar med ulike organisasjonar innan den frivillige redningstenesta. Her øvast det saman med Norske Redningshundar Sogn og Fjordane.

Humanitær kraft i godt samarbeid

ALEINE FÅR VI TIL MYKJE, MEN SAMAN MED ANDRE FÅR VI TIL SÅ MYKJE MEIR.

– Vi må langt tilbake i tid for å finne ein sommar med så mykje å gjere som vi har hatt i Aurland i år, sa Stian Loven, leiar i hjelpekorpsset til Aurland Røde Kors etter den travle sommaren.

Det var ikkje berre Aurland Røde Kors som fekk kjenne på trykket i sommar. Turistane kom tilbake for fullt etter korona samstundes som låg kronekurs gjorde at mange valte Noregsferie. Ein sommar med variert vêr og med blautt og sleipt terreng, gjorde at det var lett å bryte ein fot, og dermed vart det mange henteoppdrag for hjelpekorpsa våre.

Trass i stadige utkallingar var det ikkje utfordrande å mobilisere mannskap. Når det har vore større aksjonar, har det vore enkelt å få hjelp frå nabokorps. Ved ein aksjon i Jølster i slutten av juli deltok mannskap frå heile ni hjelpekorps. Hjelpekorpsset i Aurland opplevde tilsvarande mobilisering då uvêret «Hans» herja og alarmen gjekk.

– Eg tykkjer det er fantastisk at vi har fått eit så godt samarbeid på tvers av alle hjelpekorpsa i gamle fylket, og med andre organisasjonar. Det er heilt unikt og det kjennast spesielt å vere med på, fortel Stian Loven.

MØTER AUKA BEHOV MED SAMARBEID

Det er ikkje berre hjelpekorpsa som ser at samarbeid er nyttig når humanitære behov aukar. Prisvekst og høge renter bidreg til at dei økonomiske skilnadane aukar og Røde Kors, også i Sogn og Fjordane, får fleire spørsmål om å bidra og å hjelpe. I Stad kommune har lokalforeiningar, Omsorg og Hjelpekorps gått saman om matkasser til jul. Norske Sanitetskvinner og fleire organisasjonar bidreg også i samarbeidet.

– Alle klutar må til. Vi må gå saman, for det kan bli for mykje for ei gruppe, sa Rigmor Klepp i Eid Røde Kors Omsorg, då dei pakka kassene.

Då Eid Røde Kors tok initiativ til å starte matkasse-utdeling for tre år sidan vart det delt ut 42 kasser i Stad kommune, i år vart det pakka og delt ut matkasser til 174 husstandar.

STOR AUKE I TALET JULEGLEDER

Også i Røde Kors i Luster ser ei stor auke i behovet for hjelp til jul. Årleg deler Røde Kors ut julegåver til barn, og dei arrangerer kulturarrangement som er gratis for familiar å delta på.

– I år har vi ei særstør auke, i frå 82 barn i fjor til 134 som får juleglede frå oss i år, seier Linda Goldmann, leiar i Luster Røde Kors.

I år fekk 2136 barn i vårt distrikt ei juleglede frå Røde Kors. Dette er ein trist rekord, med ei auke frå 1597 barn i 2022. Ei juleglede kan vere eit gavekort eller det kan vere ei julegave. Lokalforeiningane mottek økonomisk støtte frå Gjensidigestiftinga og Sparebankstiftinga Sogn og Fjordane.

Luster Røde Kors samarbeidar med Frivilligsentralen og får hjelp frå ungdomsskuleelevar som har valfag «Innsats for andre» til å pakke inn gåvene.

– Eg tykkjer det er fint å vite at eg er med å bidra til ein betre kvardag for folk i samfunnet, sa Johanna Yohana, som var med å pakke inn gåver.

HJELP TIL DEI UTAN RETTAR

Samarbeid er essensielt for å bidra til å gjere ein skilnad. Nokon av dei som treng det mest er flyktningane med endeleg avslag på Solbakken asylmottak i Florø. Flora Røde Kors såg eit stort behov, spesielt knytt til helse.

Flora Røde Kors har gått saman med Sogn og Fjordane Røde Kors og Noregs Røde Kors, og har satt i gang eit prosjekt der prosjektmidlane først og fremst skal bidra til helsehjelp for flyktningane. Vestland Fylkeskommune bidreg med midlar slik at alle får tannhelsesjekk og behandling, og Røde Kors dekkar beløpet over tildelinga. Flyktningane får også tilbod om helsesjekk, noko som gjennomførast i samarbeid med Helsesenteret for papirlause migranter i Bergen, drive av Kirkens Bymisjon.

LES MEIR OM FLORA RØDE KORS SITT ARBEID FOR FLYKTNINGANE PÅ SOLBAKKEN ASYLMOTTAK PÅ SIDE 14 OG 15 I MAGASINET.

Velkomne skal de vere!

FOR Å SYNE AT UKRAINARAR OG ANDRE FLYKTINGAR ER VELKOMNE I SUNNFJORD SAMLA
FØRDE RØDE KORS OVER 70 FLYKTINGAR OG NORDMENN TIL KAKER, KAFFI, PRAT, SONG OG MUSIKK.

Kø i trappegangen og raudkledde frivillige på jakt etter fleire stolar er det ein møter på veg inn i kantina i Røde Kors-bygget i Førde denne kvelden.

Suzuber og Neska frå Syria har lenge vore faste gjestar på Førde Røde Kors sin internasjonale kafé. Dei vert overraska då dei kjem inn døra, der det brukar å vere opp mot 20 gjestar, er det i kveld over 70.

– Det er fint å sjå så mange her i dag. Ukrainarane er i same situasjon som oss frå Syria, det er fint å få kontakt med dei, seier Neska.

DRAUMEN OM FRED

– Vi er veldig glad for å få så mange nye gjestar, vi har gleda oss til å helse på nye som vi skal bli kjent med etterkvart, fortel aktivitetsleiar for Internasjonal Kafé, Torun Lucassen då ho ynskjer gjestane velkomne.

Førde Røde Kors sin internasjonale kafé har lenge vore ein møteplass for nordmenn og utanlandske tilflyttarar. Denne gangen har Førde Røde Kors lagt mykje innsats i å formidle tilbodet sitt til ukrainarar og lokalbefolkninga elles.

Dagens Internasjonale kafé byr på litt ekstra og utanom det vanlege. Lokale musikarar set stemninga med song og pianomusikk.

Truleg kjenner mange at dei er med på noko spesielt då nordmenn, ukrainarar og andre flyktingar saman syng «Draumen om fred». Her finst ikkje soldatar meir, her finst ikkje meir gevær, og ingen kjenner lenger til det ordet militær, er sterke ord i denne forsamlinga.

SPRÅKTRENING

Ei av dei som har som har busett seg i Førde og funne vegen til Internasjonal kafé er Olena.

Aktivitetsleiar Torun lyser opp då ho ser Olena. Dei har nemleg møtt kvarandre tidlegare, på «Til topps» som vart arrangert av Røde Kors på forsommaren i 2022.

Den gongen kunne Olena nokre få ord på norsk, men no snakkar ho flytande og i heilsetningar. Etter å ha snakka litt saman ser ho spørjande ut og kommenterar:

– Du seier selvfølgelig, læraren min seier at det heiter sjølvsagt.

Sjølvsagt heiter det sjølvsagt på nynorsk, og det er absolutt ikkje sjølvsagt å forstå skilnaden. Olena har vore i språkpraksis og ho har fått jobb. Likevel ynskjer ho meir språktrening og er veldig glad for å vere på Internasjonal kafé.

– Eg forstår ikkje kvifor eg ikkje har vore med før, seier Olena.

MOTIVASJON TIL Å FORTSETJE

Kvelden går mot slutten og deltakarane pakkar saman sakene sine. Ei kø av folk stoppar opp for å takke for kvelden. To av dei er Tahana og Sergii, dei strålar om kapp og seier:

– Tusen takk! Vi kjem neste gang. Vakker musikk!

Igjen står dei raudkledde frivillige att med oppvasken og med store smil.

– Kvelden har vore strålande, eg veit ikkje om eg får sove i natt. Vi vert motivert som frivillige og får lyst å fortsetje, seier Torun.

Torunn er ei av eldsjelenene bak Internasjonal kafé i Førde. Olena frå Ukraina set stor pris på tilbodet og ser fram til å vere med på Internasjonal kafé framover. Olena leikar også med tanken om å bidra som frivillig.



Verdien av å vere kjentmann

GJENNOM VINTEREN GJER HJELPEKORPSA I LUSTER VIKTIGE FØREBUINGAR
FOR Å VERE KLARE FOR AKSJONAR I TOPPTURSESONGEN.

Dagslyset har nyleg lagt seg over Jotunheimen då fem godt kledde hjelpekorpsarar set seg på kvar sin skuter i retning kvite fjellsider. Framfor dei ligg 5000 kvadratkilometer med breheim og nasjonalpark.

Tor Håkon Kilen frå Luster Røde Kors Hjelpekorps køyrer i front. Han har mange turar bak seg, og kan trygt kallast kjentmann. Mange av turane har han utført medan klokka tikkar, pulsen stig og nokon ligg i snøen ein stad og ventar på hjelp. I dag skal turen frå Turtagrø til Olavsbu og vidare til Leirvassbu utførast med låg puls og god tid. Det er viktig å køyre ruta for å vite kvar ein kan ha trygg og mest mogeleg effektiv ferdsel, dette endrar seg frå vinter til vinter.

Allereie nokre kilometer inn i fjellheimen kjem utfordringane. Store mengder snø har lagt seg i lesida, skuterane grev seg ned i snøen og fleire veltar. Sjølv under desse krevjande forholda, kjem alle seg opp dei bratte bakkane, etter nokre forsøk. Å prøve seg på utfordrande bakkar når ein ikkje har tidspress har stor verdi for hjelpekorpsarane.

FÆRRE AKSJONAR KREV MEIR ØVING

Talet aksjonar i vinterfjellet svingar frå år til år. Toppturbølgja har bidrege til auka utfart og tilbake i 2016 hadde Luster Røde Kors Hjelpekorps omlag 20 aksjonar mellom påske og pinse. Dei siste åra har det roa seg litt og i 2022 hadde Luster Røde Kors Hjelpekorps sju vinteraksjonar. Ved færre aksjonar vert behovet for å øve desto større. Operativ leiar i Luster Røde Kors Hjelpekorps, Bjørn H. Winge seier:

– Ein vert kjent med skuter, terreng og sambandsdekning under aksjon. Uteblir denne erfaringa, må ein halde kompetansenivået høgt på anna vis.

BETRE RUSTA TIL PÅSKEUTFARTEN

Etter nokre timar på skuter kan ein skimte ei hytte i det fjerne. Ved Olavsbu ventar Norsk Folkehjelp

Årdal, som vert med på turen vidare til Leirvassbu. Saman sjekkar dei framkomst og sambandsdekning i området.

På Leirvassbu er vertskapet opptekne med å klargjere for årets påsketuristar. Hytta har over 3000 gjestedøgn gjennom vinteren og ventar 300 gjestar påskeafta. Fjellfolket har betre utstyr enn tidlegare og tøy gjerne strikken lengre. Dette kan føre til krevjande aksjonar i dårleg vêr og i bratt terreng.

GODE ØVINGSMOMENT

Turen tilbake til Turtagrø går over snødekte knausar, fonner, skrentar, skråhellingar og islagte vatn. Til tider er sikta god og til tider ser ein knapt eit par meter framfor seg.

Astrid Alme frå Luster Røde Kors Hjelpekorps er ein av dagens skutersjåførar. Astrid set pris på mengdetreninga som ein kjentmannstur gjev, ein vert kjent med terrenget og skuteran.

– Det er viktig å køyre i allslags vêr. På utrykkinar er det jo oftast dårleg vêr, og då er det godt å vere vane med å køyre og å finne fram, seier Astrid.

Det byrjar å mørkne då ein kan skimte eit blått vegskilt med tittel Turtagrø som stikk opp frå snøen. Åtte timar på skuterryggen kjennast på kroppen. Hans Kristian Sæta er nøgd med dagens øvingsmoment.

– Vi har opplevd alle moglege vertypar, vind, skodde, snø, og litt mørkt no på kvelden, så det er bra, seier Hans Kristian.

Før alle kan reise heim skal skuterane klargjerast til neste øvingstur eller aksjon. Ein veit aldri når det kan bli. På spørsmål om dei er klare om dei vert utkalla i kveld, svarar Hans Kristian og Tor Håkon unisont:

– Ja, då er det berre å hive seg rundt.

A person on a snowmobile is driving through a vast, snowy mountain landscape. The snowmobile is in the foreground, moving away from the viewer, leaving a trail of tracks in the snow. The person is wearing a red jacket with a white cross on the back, a black helmet, and orange pants. The background shows rolling snow-covered hills under a bright, overcast sky. Another snowmobile is visible in the distance, further up the slope.

27

HJELPEKORPS

560

GODKJENTE
HJELPEKORPSARAR

85

AKSJONAR

Kjentmannsturane er så viktige at Luster Røde Kors Hjelpekorps har fått spesialløyve til å køyre gjennom dei mest brukte fjellområda i Jotunheimen og Breheimen.

Har funne venskap for livet på «Ferie for alle»

- MINE UNGAR SNAKKAR SÅ VARMT OM LEIREN AT VENER, SOM GJERNE REISER TIL SYDEN PÅ FERIE SEIER TIL FORELDRA AT DEI VIL PÅ LEIR DEI OGSÅ, SEIER ELISABETH FØRDE.

Elisabeth er aleine med fire jenter. Ho har full jobb, men likevel er det trangt økonomisk.

– Ungane spør om å få reise til syden, men det er ikkje aktuelt for oss, ikkje sånn det er no i alle fall, fortel Elisabeth.

Familien frå Bremanger får alt det ein god ferie skal innehalde på ferieleir på Haugland. Aktivitet, glede, venskap og opplevingar å snakke om og tenke på når ein kjem attende til kvardagen.

– Ungane treng aktivitet, det vert fort mykje skjerm om vi er heime utan planar, fortel Elisabeth.

NOKO Å FORTELJE

– «Ferie for alle» er for familiar som har strevd økonomisk i tre år eller meir og som ikkje skal delta på tilsvarende ferietilbod. Deltakarane vert plukka ut av kommunale tenester, som kjenner deira situasjon.

Røde Kors i Sogn og Fjordane arrangererte ferieleir for 383 deltakarar i 2023. 265 barn har kome attende frå ferieleir med gode minner og historier å fortelje når kvardagen kjem.

I Røde Kors sin rapport «Når barn må være voksne» kjem det fram kor viktig det er å ha noko å fortelje når skulen startar etter ein ferie. Det skapar tryggleik for barna, og det gjev ei kjensle av å passe inn.

Elisabeth let seg intervjuje av lokalavisa Firda i fjor der ho fortalte at det faktisk er heilt greit å ikkje ha råd til å reise til syden.

– Eg gjorde det for at det skal bli mindre stigmatiserande, fortel Elisabeth.

Med å fortelje si historie bidreg Elisabeth til normalisering. I saka fekk ho fram at det ikkje skal vere skamfullt å ikkje ha råd til ferie. Tilbakemeldingane

ho har fått har vore utelukkande positive.

I år er det truleg mange som kjenner på at dei ikkje har råd til å reise på lang ferie, også dei med to normale inntekter.

TRYGGE FRIVILLIGE

På «Ferie for alle» har både ungane og Elisabeth funne gode vener.

– Vi har funne venskap for livet, og det er bra for både meg og ungane, seier Elisabeth.

Familien har også fått eit nært forhold til fleire frivillige.

– Her er mange kjekke frivillige. Når du har funne ei god tone med nokon, så er det kjekt å treffast igjen, seier Elisabeth.

Heidi Eriksrød har vore leiar i gruppa til familien tidlegare. Gleda var stor då familien Førde oppdaga at Heidi skulle vere i same gruppe som familien også i år.

– Ungane har funne tryggleik hjå Heidi, og ho forstår kva ungane treng, fortel Elisabeth.

Heidi fortel at ho gler seg like mykje som ungane. Når ho møter Elisabeth og jentene vert ho møtt med ein god klem.

– Det er så gøy å vere med ungane og foreldra, ein vert godt kjent med dei, fortel Heidi.

Heidi har vore på «Ferie for alle» fire gongar. Bedrifta ho jobbar i, Caverion har kutta ut julegåver til sine tilsette og gjev heller ei veke frivillig arbeid til 20 tilsette på landsbasis. Heidi er alltid like glad når ho er ein av dei heldige som får vere med.

– Det her er jo ferie for meg også. Det er sånn at det er trist å reise att på fredagen, fortel Heidi.

På «Ferie for alle» på Haugland får deltakarane prøve ulike aktivitetar. Her padlar Heidi Eriksrød kano saman med eit par av deltakarane.



392
DELTOK PÅ
«FERIE FOR ALLE»

84
FAMILIAR DELTOK PÅ
«FERIE FOR ALLE»

53
VAR FRIVILLIGE PÅ
«FERIE FOR ALLE»

Opplevingar saman

FØRDE RØDE KORS OMSORG INVITERAR TIL OPPLEVINGAR SAMAN, DENNE GANGEN PÅ NIKOLAI ASTRUP-UTSTILLINGA «MINE HENDERS GJERNINGAR» PÅ SOGN OG FJORDANE KUNSTMUSEUM.

Agna Øvrebø (91) er ei av dei som er med når Førde Røde Kors inviterar til kulturopplevingar. Spesielt etter ho slutta å køyre bil sjølv, betyr det mykje for ho å få denne mogelegheita til å komme seg ut.

– Det er fantastisk at Røde Kors tek oss med på sånt. Det er veldig vakkert å vere med på. Eg tykkjer stadig eg lærer noko om bildande kunst og lydkunst, seier Agna.

FLEIRE OPPLEVINGAR I MÅNADEN

Agna har hatt eit aktivt liv både i yrket som anestesistjukepleier, men også på fritida. Ho har vore revy-artist og har songe i kor.

– Eg var i ein situasjon der koret eg har songe i sakte, men sikkert døydd ut, og eg mista eit tilbod eg har hatt i 70 år. Så då eg høyrde om Røde Kors sitt tilbod, så berre hoppa eg på, fortel Agna.

Førde Røde Kors Omsorg inviterar mellom anna til teaterforestillingar, utstillingar og kino. Det er mellom tre og fire ulike opplevingar dei eldre kan vere med på i månaden. Besøksvenene er med og støttar og hjelper til med henting.

– I heile fjor var eg med, og i år har eg vore med. Det betyr mykje å komme seg ut og få litt impulsar. Før sette ein seg i bilen og var med på det ein

ville, men no må ein følge litt med for å få vite kva som skjer, og det må ordnast med sjåfør. Så når det er noko så fantastisk som Røde Kors som gjev oss desse tilboda så er det heilt storarta, seier Agna.

MOT EINSEMD

I rapporten «Glemt i eget hjem», som Røde Kors lanserte i fjor, kjem det fram kor viktig det er å skape tilbod til eldre heimebuande. Vi vert fleire eldre enn før, og mange lever gode og aktive liv. Undersøkingar tydar på at vi held oss friskare enn før, og mange eldre kan leve sine liv i eigen heim. Likevel mangler det heilskap i tenestene som ser til at alle eldre kan leve sine liv heime på ein god og aktiv måte. Mange blir diverre for avhengige av sine pårørande til aktivisering og bistand. Og nokon har heller ikkje pårørande å støtte seg på. Det kjem fram i rapporten at mange eldre heimebuande kjenner seg einsame.

I etterkant av kulturopplevinga vert det servert kaffi og riskrem på Kunstmuseet sin kafé. Praten går lett rundt bordet, og det er mange smil å sjå. Agna gler seg både over både riskremen og selskapet.

– Eg er veldig glad i menneske og her møter ein folk, seier Agna med eit stort smil.

Åslaug Brudevoll er ei av dei som deltek på Opplevingar saman med Førde Røde Kors. Ho har sjølv vore aktiv besøksven i Røde Kors i mange år.



24

BESØKSTENESTER

630

FRIVILLIGE I
BESØKSTENESTER

25

NYE FEKK BESØKS-
VENKURS

Hjelp til dei utan rettar

FLORA RØDE KORS HAR ENGASJERT SEG FOR Å HJELPE DEI PAPIRLAUSE FLYKTINGANE PÅ SOLBAKKEN ASYLMOTTAK.

På Solbakken asylmottak bur det 31 flyktningar med endeleg avslag. Då Saba Behare, leiar i Flora Røde Kors Omsorg byrja som frivillig på Solbakken vart ho kjent med ei dame som sleit med å ete på grunn av tannhelse-utfordringar. Ho hadde ikkje pengar til tannlege.

– Eg sov ikkje og berre tenkte på korleis vi kunne hjelpe ho, fortel Saba.

Saba snakka med gode vener i Florø og saman satte dei i gang å samle inn pengar.

– Barna mine og andre barn var med å samle inn flasker. Vi fekk samla inn akkurat nok pengar, slik at ho kunne få fiksa tennene. No er ho glad, ho smiler og et.

Saba såg kor mykje hjelpa hadde å bety for dama og tenkte at ein måtte gjere meir for dei papirlause flyktningane på Solbakken.

Dette vart starten på prosjektet Flora Røde Kors har i samarbeid med Sogn og Fjordane Røde Kors og Noregs Røde Kors.

EI PAUSE FRÅ FRYKT

Eit av fleire mål med prosjektet er å gje dei 31 papirlause flytningane på Solbakken eit tilbod om tannhelsesjekk.

Gleda var stor då Vestland fylkeskommune løyva pengar til tannhelsehjelp til papirlause migrantar i 2023. Gziawi Habtemariam Habteslasie frå Eritrea gjekk ut i media og synte si takksemd. Gziawi, som bur på Solbakken og har vore i Noreg i 13 år utan opphaldsløyv, har utfordringar knytt til helse, og spesielt tannhelse.

Gziawi var ein av dei siste av dei papirlause flyktningane på Solbakken som starta si tannbehandling.

– Eg var godt i gang med behandlinga og så sa tannlegen, budsjettet er oppbrukt, du må vente med vidare behandling, fortel Gziawi.

Gziawi fekk trekt ei rekke med tenner, og smerta er dempa. Røde Kors har gått inn for å dekke ut-

giftene til vidare tannbehandling for dei som ikkje fekk fullført. Midlar frå Røde Kors skal også sikre at flyktningane får tilbod om legesjekk. Gziawi er svært takkemmeleg for hjelpa han har fått.

– Det er første legebesøk og det er første gang vi har fått matkasser sidan eg kom hit for 13 år sidan. Det er veldig fint og eg vil sei tusen takk. Vi er veldig glad for det, seier Gziawi.

Før jul kunne Saba gje flyktningane ei gladmelding. Flora Røde Kors ynskte flyktningane velkomne til fest og delte ut matkasser og gåvekort til jul.

«I dag ynskjer vi å gje dykk ei pause, ei pause frå bekymring og vanskelege situasjonar. Ei pause frå stress. Ei pause frå frykt», skreiv Saba til flyktningane.

Mathias, ein av flyktningane på Solbakken, som har vore i Noreg i 15 år, fortel:

– Det var veldig fint, vi var lykkelege ei lita stund. Festen skulle vart i 2-3 dagar!

Efram, som også har vore i Noreg i 15 år, legg til:

– Det er fint å få aktivitet, men når man kjem tilbake på det same vesle rommet byrjar tankane å spinne igjen.

Efram fortel at han har utvikla depresjon og migrene. Efram har barna sine ein annan stad i Noreg og han har ikkje mogelegheit til å besøke dei, reisa er for dyr.

– Krigen i fødelandet mitt har skjedd og det var vanskeleg, og det har ein lært seg å leve med, men det som skjer her og no, det skjer dag etter dag, og det vert uuthaldeleg, fortel Efram.

MEININGSFULLT Å BIDRA

Helen er ein av dei som lever i Noreg utan papir og rettar. Då ho vart gravid og fødde barnet for tidleg fekk ho ei rekning frå sjukehuset på over 60 000 kr, sjølv om barnefaren er norsk. Utan høve til å jobbe og til å ha inntekt, er det sjølv sagt umogeleg å betale ein slik sum. Helen har ikkje hatt høve til å vitje lege



Saba Berhane og Flora Røde Kors gjer mykje for at kvardagen til bebuarane på Solbakken vert litt lysare. Gziawi, Mathias og Efram set stor pris på Saba og det Røde Kors har gjort for dei så langt.

gjennom dei 15 åra ho har vore papirlaus i Noreg, då det kostar minimum 2000 kr for ein legetime.

– Eg har ikkje gått til lege fordi eg var redd. Redd for kor mykje det ville koste, fortel Helen.

Ein gang i veka er Helen frivillig for Røde Kors på omsorgsheimen. Ho hjelper dei eldre med negler og hår, driv fotpleie, går tur og snakkar med dei.

– Det er veldig hyggeleg og eg gler meg til å komme, seier Helen.

Helen snakkar godt norsk, og ho får mykje igjen for å prate med dei eldre. Ho lærer om lokal historie og ho kjenner seg meir heime i Florø.

– Det er lenge sidan eg har sett min eigen familie, så då er det fint å møte andre eldre, fortel Helen.

Mest av alt ynskjer Helen å kunne jobbe, men det betyr mykje for Helen å bidra som frivillig.

– Eg fekk ikkje hjelp, men eg vil gjerne hjelpe, seier Helen.

Gjennom Røde Kors sitt prosjekt har Helen opplevd å få litt hjelp. Ho har fått tannbehandling og helsesjekk, og ho får vidare oppfølging knytt til høgt blodtrykk.

Saba Berhane fortel at Flora Røde Kors ynskjer å fortsetje å gjere det dei kan for dei papirlause flykningane på Solbakken.

– Dei treng meir aktivitet, for her er det heilt stille. Dei treng også meir hjelp til helse og psykolog, seier Saba.

Inspirerar ungdom til framtidig engasjement

UTANFRÅ KUNNE DET SJÅ UT SOM DET VAR EI ALVORLEG HENDING PÅ LEIRSTADEN LYNGMO PÅ HAFSLO DENNE HELGA. BLÅLYS, SIRENER, RØYK, SIGNALFARGA KØYRETØY OG VESTAR VAR NOKO AV DET SOM PREGA LEIRSTADEN.

I det brannmannskapet gav signal om at det var lov å klatre på brannbilen, tok det ikkje mange sekund før fleire av ungdommane var på taket.



Heldigvis var det korkje brann, redningsaksjon eller pågåande vald som trakk redningstenesta til Hafslø denne laurdagen. Ung i Røde Kors i Sogn og Fjordane samla beredskapsaktørar til fylkestreff for å syne ungdom korleis redningstenesta fungerer, og forhåpentlegvis inspirere til framtidig engasjement.

– Målet er å så nokre spirer, som dei anten kan ta med seg inn i arbeidslivet, eller om dei skal inn i hjelpekorpsset, Siviltforsvaret eller andre frivillige organisasjonar. Vi vil jo ha folk inn i frivilligheita, det ser vi jo at vi treng, seier Marte Heggstad, som er leiar i Røde Kors Ungdom i Sogn og Fjordane.

FRAMTIDAS BEREDSKAP

Etter ei kort innføring i korleis redningstenesta i Noreg er bygd opp, avslutta politiet med å spørje ungdommen om dei har lyst å bli ein del av dette?

Utanfor venta ambulanse, politi, brannbil og Luster Røde Kors Hjelpekorps si kommando-vogn (KO-vogn). Ungdommen vart delt inn i grupper og fekk møte menneska og sjå utstyret og køyretøya til dei ulike instansane.

Politiet synte fram verneutstyr og forklarte reglane for bering av våpen, i ambulansen fekk ungdommen sjå bære, hjertekompresjons-maskin og anna utstyr, medan Sogn Brann og redning synte stolt fram sin splitter nye brannbil. I KO-vogna til Luster Røde Kors kunne ungdommen sjå korleis ein redningsaksjon vert organisert og leia.

Rakel Torheim frå Nordfjordeid tykte det var interessant å få eit innblikk i arbeidet til dei ulike redningsinstansane.

– Eg har lært korleis dei ulike oppgåvene vert gjennomført og kva som skjer om det vert utrykning. Eg tykkjer det verkar spanande, det er yrker der det er mykje som skjer, og mykje spaning, seier Rakel.

FRÅ GEORGIA TIL LYNOMO

Ungdommar frå seks ulike lokalforeiningar i Georgia Røde Kors deltok på fylkestreffet på Lyngmo. Sogn og Fjordane Røde Kors har eit samarbeid med Georgia Røde Kors. Representantar herifrå har besøkt Georgia fleire gongar, og no var det Georgia Røde Kors sin tur å besøke oss.

Samarbeidet er eit så kalla twinningprosjekt, der føremålet er å styrke Røde Kors lokalt, støtte

konkret aktivitet, styrke internasjonal forståing og kunnskap - for begge partar. Med eit ynskje om å satse på ungdommen kom det ein ungdomsrepresentant frå kvar lokalforeining vi samarbeidar med i Georgia, samt ein tilsett som arbeidar i avdelinga for ungdomsarbeid på Georgia Røde Kors sitt nasjonalkontor.

Georgia har ein del fellestrekk med Norge, med mykje ville fjell og elver, noko som er relevant for hjelpekorpsarbeid eller arbeid knytt til naturkatastrofar.

– Dette har gjeve oss høve til å sjå korleis de reagerar i krisesituasjonar. Vi har også sett korleis de lærer unge menneske denne kunnskapen. Våre frivillige vil ta med seg denne kunnskapen heim, sier Mariam Nikolashvili, som er tilsett på nasjonalkontoret i Tbilisi.

Dei frivillige ungdommane som besøkte Noreg er engasjert i ulike aktivitetar i sine Røde Kors lokalforeiningar. Nokon jobbar med søk og redning, medan andre jobbar med omsorg eller ungdomsaktivitet. Fleire er også med i krisehandteringsgrupper.

Ana Sikharulidze er ein av dei frivillige som var kome til Lyngmo frå Borjomi i Georgia.

– Det var veldig interessant det vi har vore med på i dag. Den informasjonen vi fekk var lagt opp på ein kreativ og morosam måte, noko som er veldig viktig. Og vi fekk høve til å dele vår informasjon, og vi fekk lære av kvarandre, seier Ana.

68

DELTOK PÅ
FYLKESTREFF

4

RØFF-LAG I
SOGN OG FJORDANE

«Til topps» for meistring, glede og felleskap

118 DELTAKARAR FRÅ (NESTEN) HEILE VERDA VAR MED DÅ
RØDE KORS I SOGN OG FJORDANE ARRANGERTE «TIL TOPPS» I NYDELEG SOLSKIN.

– Svein Rune! Svein Rune! Svein Rune!

Ein smilande gjeng sit på toppen av Svinestranda (1074 moh) og heiar på turleiar, mentor og kamerat, Svein Rune Myklebust som kjem hakk i hel.

Årets «Til Topps» var lagt til Nordstranda i Gloppen, der deltakarane fekk høve til å gå kortare turar i Trivselsskogen eller ein lengre tur til toppen av Svinestranda.

Med «Til Topps» ønskjer Røde Kors å gje eit turtilbod til immigrantar, asylsøklarar, innvandrarar og flyktningar i Sogn og Fjordane. 80 av deltakarane på årets «Til Topps» er frå Eid. For kvart år er det fleire og fleire frå Eid som vil vere med.

MEISTRING OG FELLESSKAP

Ein gjeng som har flytta frå Eid til Austlandet for å studere, kunne ikkje gå glipp av årets store høgdepunkt. Dei har tatt turen vestover for å vere med Røde Kors til topps, og for å vere saman. Dei har lånt telt og anna friluftslivutstyr frå BUA og har lagt opp til nokre dagar og netter i vestnorsk natur. Dei har også med ein kamerat frå Lillestrøm som aldri har vore på fjelltur før.

Når Røde Kors arrangerar «Til Topps» er målet at deltakarane blir betre kjent og kanskje blir meir integrert gjennom å oppleve meistring saman i norsk natur. Frivillige frå Røde Kors og deltakarane går saman på ein fjelltur i passande tempo og fører samtalar på norsk på vegen opp. Ungdommane frå Eid tykkjer at passande tempo er å gå så fort som mogeleg, og samtalan lyt til tider vente til pausene. Men ein ting er dei opptekne av – alle skal med og dei ventar på kvarandre. Meistringskjensle og fellesskap, det får dei verkeleg kjenne på!

ENDELEG GODVÆR

Dei to siste åra «Til Topps» har vore arrangert har vêret vore grått og vått. Mohamed Adam var med i fjor, i vind, regn, skodde og hagl. Då sleit han seg til topps, men i år gjekk det leikande lett.

– Det var litt slitsamt, men ikkje like slitsamt som i fjor. Det var kjekt at gutane var med og at vi gjekk saman og venta på kvarandre, fortel Mohamed Adam.

Svein Rune Myklebust frå Eid Røde Kors er ein av dei frivillige som samlar folk til fjelltur. Han er stolt av gjengen som han også har fulgt opp gjennom å arrangere språkkafé på Eid.

– Det er så kjekt å vere på tur med dei. Sjølv om det var dårleg vær i fjor og året før, så kom dei i år også, for å vere med og for å møte venene sine, som dei kjenner her på Eid. Dei har jo budd her i mange år. Det er veldig kjekt!, fortel Svein Rune.

Ghaith Alkhalaf var med på «Til Topps» då det var eit nasjonalt arrangement der målet var Galdhøpiggen, og han har vore med fleire gongar i Sogn og Fjordane. Han har blitt glad i å gå i fjellet. Denne gangen fekk han ekstra ansvar og var sjølv turleiar for ei lita gruppe. Han er nøgd med at Sogn og Fjordane synte seg frå si beste side denne dagen.

– Det er ei god kjensle å stå på toppen. Det er slitsamt på veg opp, men då ein har kome opp gløymer ein at ein var sliten, seier Ghaith.

Svein Rune Myklebust har blitt godt kjent med denne fornøgdgjengen som er med på «Til Topps» år etter år. Her er dei samla på utsiktspunktet Fosseteateret ved Holvikfossen.

8

LOKALE INTERNASJONALE
MØTEPLASSAR

500

DELTOK PÅ LOKALE
FAMILIEDAGAR

116

DELTAARAR PÅ
«TIL TOPPS»



Det finst **reglar** i krig

ER DET LOV Å ANGRİPE EIN SKULE? VÅRE FRIVILLIGE HAR PRØVD ANGRİP! 2.0,
EIT UNDERVISNINGSOPPLEGG OM KRİGEN SIN FOLKERETT.



Spelet engasjerar deltakarane. Asbjørg Rebni (t.v), Berit Flæthe Arntsen, Gerd Kvile og Harald Kvame Hansen set seg inn i reglar og prinsipp før dei avgjer om dei skal angripe.

– Skal vi angripe skulen? spør Harald Kvame Hansen.

– Nei, det er vel rett å spare skulebarna, svarar Berit Flæthe Arntsen.

Sjå for deg at du er soldat og byen din er kapra. Du skal verne byen, men skal også følgje reglar i krig.

Angrip! 2.0 er eit interaktivt spelbasert læremiddel som utfordrar til å ta etiske og militærstrategiske val med bakgrunn i krigen sin folkerett. På den måten får deltakarane kunnskap om reglane i krig og nyttar dei som utgangspunkt for diskusjon.

REGLAR FOR Å SKJERME SIVILE

Byen Warcity i landet Eastwest er omringa av styrkar frå nabolandet. Barneskulen i byen er teke over og vert nytta som opphaldsstad og base for fienden. Skuleungane er ikkje tekne til fange, dei er på skulen og får undervisning som vanleg.

Det er fire hovudprinsipp i internasjonal humanitærrett (IHR): humanitet, distinksjon, proporsjonalitet og militær nødvendigheit. Internasjonal humanitær rett, også kalla krigen sin folkerett, handlar om å ta val som tek vare på eit minimum av menneskeverd for dei som er ramma av krig og konflikt. Hovudpoenget med reglane er å skjermje sivile.

Berit og Harald og dei andre spel-deltakarane må ta omsyn til prinsippa distinksjon og proporsjonalitet når dei skal vurdere om dei skal angripe skulen. Distinksjon handlar om å skilje mellom militære og sivile mål og personar, medan proporsjonalitet handlar om å vurdere moglege sivile skader opp mot militær fordel.

Vidare i spelet får deltakarane ei ordre frå obersten – skulen skal angripast. No gjeld det å gjere det dei kan for å skjermje skulebarna og dei andre sivile.

AKTUELL KUNNSKAP

Det er lett å få inntrykk av at krig er anarki, men slik skal det altså ikkje vere. Genèvekonvensjonane, som alle verda sine statar er einige om, gjev føringar og reglar for kva som er lov og ikkje lov når ein krig først har brote ut. Reglane vert oftast følgt, sjølv om

vi ser døme på det motsette i media.

Hedda Andrine Skår Indrebø er instruktør i Sogn og Fjordane Røde Kors og er den som leiår deltakarane gjennom undervisningsopplegget og spelet Angrip! 2.0. I desse tider er temaet diverre ekstra aktuelt.

– Det er viktig at ein har denne kunnskapen når ein les avisene, seier Hedda.

Hedda har også køyrd undervisningsopplegget for vidaregåande elevar, som tykte det var spanande og lærerikt.

– Dei måtte trene på å sjå på konflikt med litt andre auger, ikkje som ein norsk ungdom. Dei levde seg inn i det og var engasjerte. Det viktigaste er diskusjonen i etterkant, seier Hedda.

VANSKELEGE DILEMMA

Berit, Harald og dei andre Røde Kors-frivillige har bestemt seg for å angripe skulen til fots for å avgrense skade på skulebygget og dei sivile. Fienden kjem ut av skulebygget og speldeltakarane må tenke raskt.

– Det var sekundar du hadde på deg, for å sjå at det var barn og at dei var væpna, fortel Harald.

Kva er då riktig å gjere? Er det greit å skyte barnesoldatar?

– Eg ville jo ikkje skyte desse barnesoldatane, så då vart eg drepen av dei, fortel Berit.

Det er, uansett kor forferdeleg det må virke, lov å opne eld mot barnesoldatar. Dersom barnesoldatar var ulovlege mål ville fleire barn vorte verva og brukt som levande skjold. Det må understrekast at det ikkje er lov å nytte barnesoldatar, men det er altså lov å skyte dei om dei er med i eit angrep.

Som frivillig i Røde Kors i Sogn og Fjordane treng ein ikkje ta stilling til slike vanskelege dilemma i kvardagen, men som ein del av den store Røde Kors-rørsla, er ein både talsperson for og vaktar av internasjonal humanitær rett.

– Det er viktig at vi kan desse reglane, om vi ikkje nyttar kunnskapen i vårt daglege virke, så er det likevel viktig å kunne, seier Berit.



MÅL FOR HUMANITÆRE INNSATSOMRÅDE

2.1 REDDE LIV

MENNESKE ER BUDDÉ PÅ, OVERLEVER
OG KJEM SEG RASKT ETTER KRISER



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
- vidareutvikle skredgruppa og dei lokale einingane

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 barnefamiljar 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 Ferie for alle-opphald sommar- og vinterstid, og elles i året
- 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 ovafor 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 RK 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 invitert med i aktivitetar. Det skal skje ved at:

- frivillige blir invitert til kvalifiserande temakurs innan omsorgsfeltet, m.a. om demens
- besøkstenestene utviklar lokale tilbod med besøk til heimebuande og fellesaktivitetar
- 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, og lokale turgrupper



MÅL FOR ORGANISATORISKE INNSATSOMRÅDE

3.1 HUMANITÆR EFFEKT

VI PRIORITERER OG GJENNOMFØRER HUMANITÆR INNSATS SOM HAR EFFEKT

Distriktet skal være pådriver for at den humanitære innsatsen lokalt er behovsretta, og har frivillig berekraft på kort og lang sikt, samt 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 offentlig statistikk (Samfunnspuls) som grunnlag for utvikling av aktivitet
- samarbeide med andre om utviklingsprosjekt som gjev erfaring og læring (inkl. Georgia RK)

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 i høve 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 personvernlovgevinga

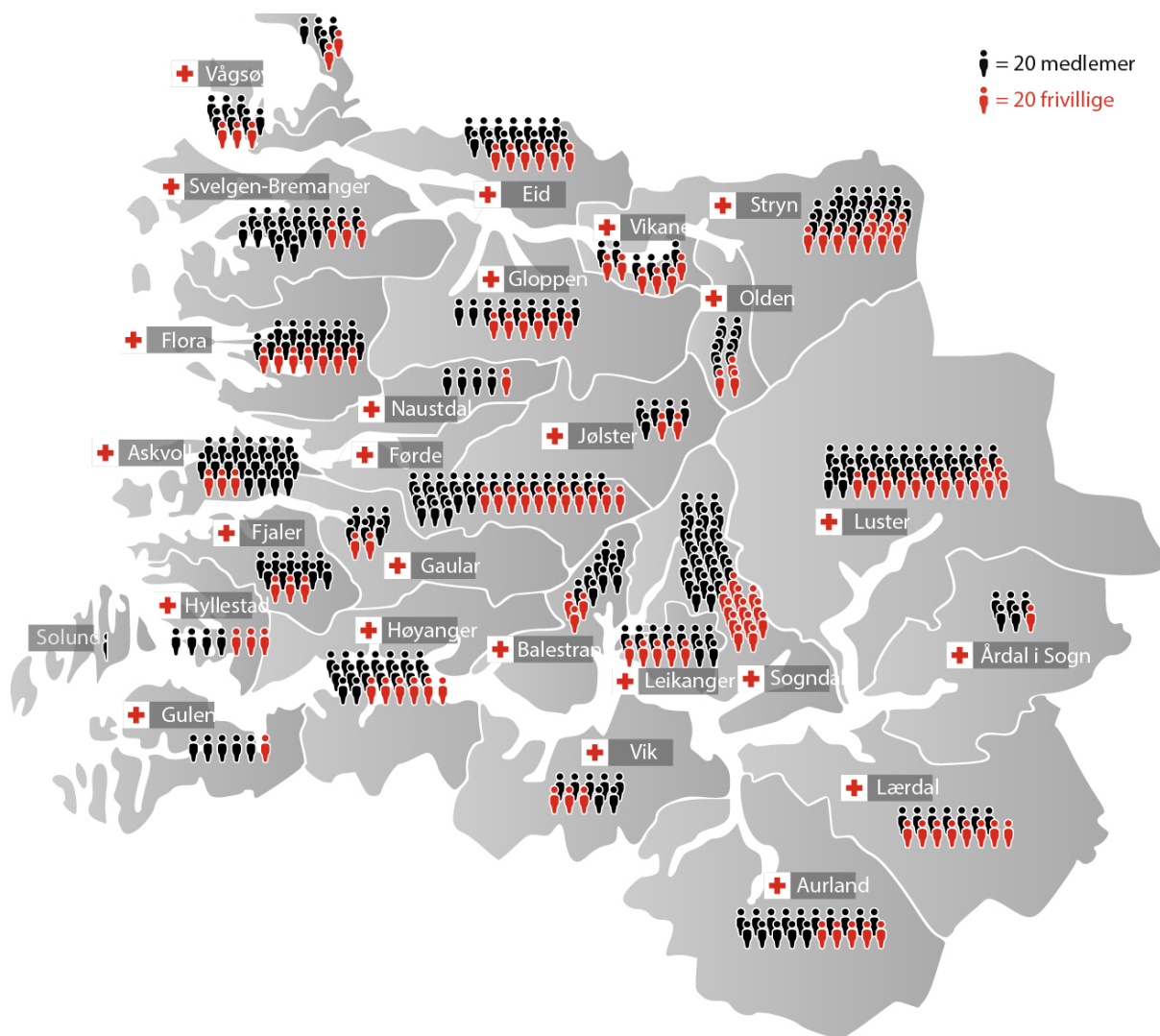
3.4 BEREKRAFTIG OG ANSVARLEG

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 ivaretatt ved planlegging og gjennomføring av aktivitet
- lokale vurderingar av frivillig og organisatorisk berekraft skal vektleggast ved nye satsingar
- inntektsarbeidet vert styrka 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



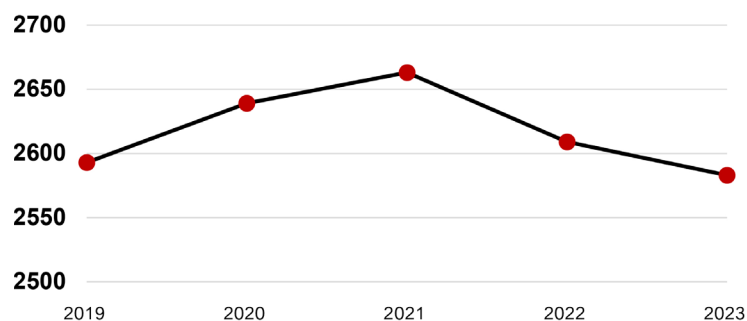
Medlemmer og frivillige per lokalforeining

Medlemmer er personar som har teikna medlemskap i Røde Kors. Medlemstalet for 2023 er summen av medlemmer som har betalt kontingent det året.

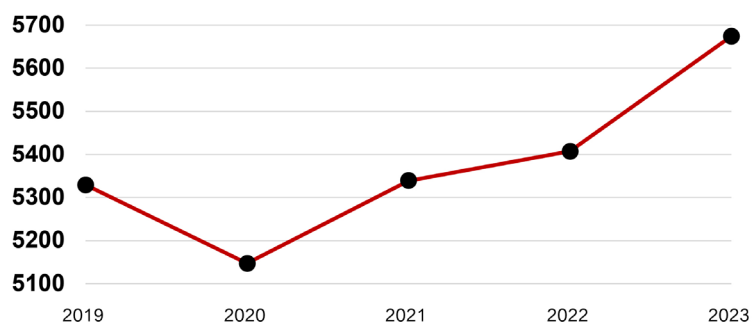
Frivillige er personar som deltek i lokale humanitære aktivitetar, til dømes hjelpekorpsset eller besøkstenesta. Talet på frivillige er summen av personar som er registrerte i ein slik aktivitet.

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

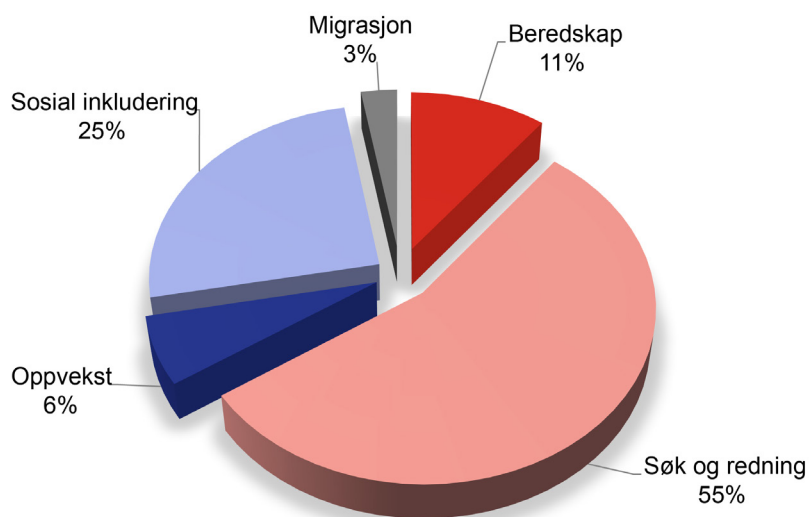
Frivillige i aktivitet



Betalende medlemmer



Frivillige etter innsatsområde



Styret i Sogn og Fjordane Røde Kors

VALT AV ÅRSMØTET I 2023:



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



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



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



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



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

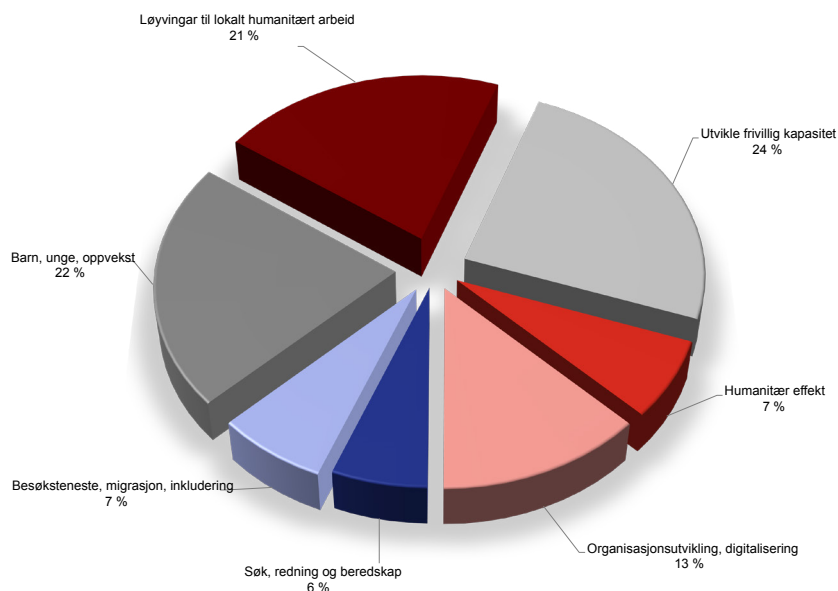


DISTRIKTSRÅDSLEIAR UNGDOM
MARTE HEGGESTAD
Luster
917 53 732
marte.heggstad@rodekors.org

Aktivitetsrekneskap

	2023	2022
Inntekter	17 786 532	16 827 040
Medlems- og giverinntekter	1 682 325	1 583 182
Tilskott	14 940 713	14 734 505
Inntekt frå aktiviteter	846 200	417 772
Finans og investering	317 294	91 582
Kostnader	17 463 517	17 617 501
Til føremål	16 200 790	16 827 584
Administrasjon	1 262 727	789 917
Skaffe midlar	-	-
Resultat	323 015	-790 462

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. Kontingenten 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

GÅVE

Mange ønskjer å bidra med eingongsbeløp til Røde Kors, til dømes til våre humanitære ferieleirar. Du kan finne meir informasjon på www.rodekors.no eller nytte bankkonto 3700.15.64333.

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.

GRASROTANDELEN

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

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



rodekors.no/sfj



youtube.com/sfrodekors



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



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



Røde Kors Sogn og Fjordane