PROGRAM OMSORGSSAMLINGEN 2026

6. – 8. november, Quality Hotel Edvard Grieg

Distriktsråd Omsorg i Hordaland Røde Kors ønsker deg hjertelig velkommen til årets Omsorgssamling på Quality Hotel Edvard Grieg 6.-8. november 2026. Vi ser frem til nyttig læring, erfaringsutveksling, nye bekjentskap, og ikke minst gode samtaler og sosiale stunder i lag. Vel møtt!

Vennlig hilsen fra
distriktsråd Omsorg.



Fra venstre: nestleder Michelline Biseke, medlem Emma Mortensen, medlem Sissel Larsen, medlem Emina Kotlica, leder Tonje Nesslin, varamedlem Tor-Ingar Jensrud

FREDAG 6. NOVEMBER

18.00–20.00

Innsjekk og middag på hotellet

17.30–18.00

Intro til Røde Kors-samlingen (valgfritt)
Kommer du alene, er du helt ny – eller vil du bare bidra til å gjøre helgen ekstra hyggelig for andre? På introduksjonen får du en uformell arena til å bli kjent med andre frivillige og med folk fra styre og ledelse.

20.00-21.00

Felles åpning

LØRDAG 7. NOVEMBER

09.00 – 09.30

Åpning av Omsorgssamlingen og introduksjon til nytt hovedprogram i Røde Kors for 2027-2029

v/ Michelline Biseke og Tonje Nesslin i distriktsråd Omsorg.

09:30 – 10:45

Hverdagsmestring: introduksjon og praktiske øvelser

Mellom 20-30% av befolkningen vil oppleve angst og indre uro i løpet av livet, og livet som frivillig kan til tider være preget av stress og hendelser som kan påvirke hvordan man har det. Med kroppen som hjernens viktigste hjelper kan man øve seg på å regulere stressnivået i kroppen og finne mer ro. Hverdagsmestringsguiden er et hefte som inneholder nyttige øvelser som kan være til hjelp både inn i rollen som frivillig, og i livet ellers.



11.00-11.30

Naghmeh Gorgin og Laura Nasta v/Arbeidsgruppe mot rasisme og diskriminering på nasjonalkontoret

Presentasjon av arbeidet som er gjort i arbeidsgruppen som har jobbet på tvers i Humanitære programmer ved Nasjonalkontoret. Hvordan kan vi jobbe for at diskriminering og rasisme ikke får plass i våre aktiviteter?

11.30 – 12.00

Erfaringer fra virkeligheten: inkludering i praksis

Forskning viser tydelig at deltakelse i lokalsamfunnet og frivillig arbeid bidrar til integrering og følelsen av å være inkludert i fellesskapet. Samtidig har Røde Kors et sterkt behov for flere frivillige. Derfor er det viktig å lære av hverandres erfaringer og hvordan man kan lykkes med inkluderende rekruttering i praksis, noe Arna og Åsane skal fortelle oss litt mer om i dette innlegget.

12.00-12.30

Erfaringer fra virkeligheten: Hangout
Askøy Røde Kors har i flere år sett et behov for sosiale møteplasser og trygge væresteder for barn og unge i lokalsamfunnet.



Spørsmålet om hvordan man kan få til lokale tilpasninger for å møte et humanitært behov er det nok flere lokalforeninger som kjenner seg igjen i, og da kan det være nyttig å høre litt fra Askøy om hvorfor og hvordan «Hangout» – den veldig populære sosiale møteplassen for 5.-10. kla sse – ble til.

12.30 – 13.30 LUNSJ

13.30 – 14.00

Hvordan jobber distriktets beredskapsutvalg med å inkludere omsorg i beredskap?
Vi får besøk av Martin Frøyseth, frivillig i Arna og Åsane Røde Kors og leder for distriktets beredskapsutvalg, som skal snakke om omsorgsperspektivet i distriktets beredskap.

14.00 - 14:45

Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon: inkludering av personer med funksjonsnedsettelser innen beredskapsarbeid

Er beredskap for alle? Lene Nilsen, nestleder i FFO Vestland og tidligere korpsleder for Laksevåg Røde Kors, skal gi oss et innblikk i hvordan beredskapsarbeidet i dag også står for dem som har en funksjonsnedsettelse. Og hva som kan være viktig å ha med seg når man skal hjelpe en eller en familie som har en funksjonsnedsettelse.

15.30 – 17.00

Dagen avsluttes med felles program for alle samlingene.

SØNDAG 8. NOVEMBER

Søndagen arrangeres parallelle fagsamlinger for fagfelt innenfor Omsorg. Fagsamlingene er en arena for læring, erfaringsutveksling, og nettverksbygging. I år kan man delta på følgende fagsamlinger:

- Fagsamling Besøkstjeneste (åpen for alle)
- Migrasjonssamling (åpen for alle)
- Fagsamling Barn og unge (åpen for alle)
- Fagsamling Vitnestøtte (åpen for frivillige i vitnestøtte)

Søndagen avsluttes med lunsj klokken 14.

Fagsamling Besøkstjenesten



Årets fagsamling for Besøkstjenesten starter dagen sammen med migrasjonsfrivillige, hvor seniorrådgiver på nasjonalkontoret Kaia Vedlog Kveen først vil gi en introduksjon til Røde Kors sin rapport «Hvem får omsorg i morgen», med fokus på eldre migranter. Deretter vil Kaia fortelle mer om rapportens andre fokusområder.

Rapporten er utarbeidet av Norges Røde Kors i samarbeid med Statistisk sentralbyrå i 2025. Den viser blant annet at forskjellene i eldreomsorgen vil øke, og at hvor du bor har mye å si for hvilken omsorg du får. Den peker også på fem grupper som allerede i dag får sine humanitære og sosiale behov dårligere dekket: aleneboende med lav inntekt, eldre uten pårørende, eldre innvandrere, eldre skeive, og den samiske eldrebefolkningen.

Den andre halvdelen av programmet vil ha fokus på frivilligrollen, etiske dilemma, og grensesetting. Rollen som frivillig er ikke alltid enkel, og ofte dukker det opp dilemma som kan være vanskelig å finne enkle svar på. Vi får besøk av rådgiver Susanne Sølvi Fagerbakke på avd. Frivillighet og Kultur på Verdighetssenteret – et nasjonalt tverrfaglig kompetansesenter for en verdig alderdom, som skal hjelpe oss med å forstå rollen til

frivilligheten i samspill med offentligheten. Med god hjelp fra frivillig Kim Hellesø i Sosial Resept, og fagrådgiver Siri de Lange i Bergen Røde Kors, vil Susanne veilede oss litt gjennom den etiske jungelen av retningslinjer, grensesetting og rolleforståelse.

Rammeprogram:

09.00 – 09.10	Velkommen
09.10 – 10.00	Hvem få Omsorg i morgen? – seniorer med migrasjonsbakgrunn v/Kaia Vedlog Kveen og Guri Strand Karlsen
10.20 – 10.50	Mangfold i eldrebefolkningen v/Kaia Vedlog Kveen
10.50 – 11.20	UTSJEKKSPAUSE
11.20 – 12.30	Frivillighet i gråsonene - Etiske dilemma og verktøy for etisk refleksjon, v/Susanne Sølvi Fagerbakke, Siri de Lange og Kim Hellesø.
13.00 – 13.45	Frivillighet i gråsonene - Etiske dilemma og verktøy for etisk refleksjon, v/Susanne Sølvi Fagerbakke, Siri de Lange og Kim Hellesø.
13.45 – 14.00	Avslutning

Fagsamling Migrasjon



Fagsamling Migrasjon skal ha faglig påfyll og løfte kunnskap og erfaringsdeling blant frivillige på migrasjonsfeltet, med fokus på å finne og dele løsninger som kan styrke aktiviteter for migranter. Vi starter samlingen sammen med Besøkstjenesten, hvor seniorrådgiver på nasjonalkontoret Kaia Vedlog Kveen først vil gi en introduksjon til

Røde Kors sin rapport «Hvem får omsorg i morgen», med fokus på eldre migranter. Her skal vi lære fra forskning og lokale løsninger, med mangfoldig frivillighet i fokus.

Vi skal også jobbe med hvordan håndtere rasisme og diskriminering, gjennom en ny workshop. Der vil vi få kunnskap om begrepene diskriminering, rasisme og mikroaggresjon, bli bevisst i egen rolle i å motvirke fordommer og negative holdninger, samt reflektere over hvordan egne holdninger og erfaringer former kommunikasjon.

Til slutt setter vi av tid til gruppearbeid og erfaringsutveksling om tematikkene vi har lært om, og avslutter samlingen med å innhente tilbakemeldinger, inspirasjon og innspill til hvordan vi bør jobbe videre med aktiviteter for migranter i Hordaland.

Rammeprogram:

09:00	Velkommen
09:10	Hvem få Omsorg i morgen? – seniorer med migrasjonsbakgrunn v/Kaia Vedlog Kveen og Guri Strand Karlsen
10:00	Status 2026 for migrasjonsfeltet og aktiviteter
10:45	UTSJEKKSPAUSE
11.05	Gruppearbeid med erfaringsutveksling og inspirasjon
11.45	Workshop om rasisme og diskriminering
13.45	Evaluering av årets samling og innspill til handlingsplan 2027

Fagsamling Barn og unge



På årets Røde Kors-samling inviterer distriktsråd Omsorg alle omsorgsfrivillige som

jobber med barn og unge til en felles fagdag fylt med inspirasjon, kompetansepåfyll og erfaringsutveksling.

Tradisjonelt har ulike aktiviteter hatt egne fagsamlinger, men i 2026 samler vi hele barn- og unge-feltet under én felles fagdag. Enten du er engasjert i Barnas Røde Kors, Ferie for alle, migrasjonsarbeid for mindreårige, Kors på halsen, Barnehjelpen, Hangout, Fellesverk, eller andre aktiviteter rettet mot barn og unge, så er du hjertelig velkommen.

Gjennom dagen får du faglig påfyll fra aktuelle temaer som berører mange av oss i møte med barn og ungdom. Du får blant annet møte Kors på halsen, hvor du også får delta i praktiske samtaleøvelser og lære mer om meldeplikt. I tillegg setter vi søkelys på selvledelse og ledelse av ungdom, med særlig fokus på aldersgruppen 13–17 år. Denne bolken gjennomføres sammen med frivillige fra både Omsorg, Ungdom og Hjelpekorps (RØFF). Dette gir en unik mulighet til å dele erfaringer, bygge nettverk og lære av hvordan andre aktiviteter møter og følger opp ungdom.

Enten du er ny frivillig eller har lang erfaring, så er dette en dag som gir ny energi, faglig inspirasjon og muligheten til å lære sammen med andre som brenner for barn og unge.

- 09.00 - 09.45 Fagsamling per aktivitet
- **09.45 - 10.15 Pause Utsjekk**
- 10.15 - 10.45 Felles velkomst
- 10.45 - 11.30 Kors på Halsen
- **11.30 - 11.45 Pause**
- 11.45 - 12.15 Kors på halsen
- **12.15 - 12.30 Pause**
- 12.30 - 12.50 Selvledelse og ledelse av ungdom
- **12.50 - 13.00 Pause**
- 13.00 - 13.50 Gruppearbeid med erfaringsutveksling
- 13.50 - 14.00 Avslutning, QR-kode

Fagsamling Vitnestøtte

Årets fagsamling for vitnestøtter vil sette søkelys på ulike deler av rettssystemet og hvordan mennesker som er berørt av kriminalitet møtes og ivaretas gjennom prosessen.

Vi får besøk fra **Statens barnehus Bergen.** Vi vil få innblikk i barnehusets rolle i straffesakskjeden, og hvordan ulike fagmiljøer samarbeider for å sikre trygghet, oppfølging og tilrettelegging for barn og unge i sårbare situasjoner.

Konfliktrådet Vest presentere sitt arbeid med gjenopprettende prosesser og konflikthåndtering. Gjennom praktiske eksempler får vi høre hvordan dialog kan brukes som verktøy etter kriminalitet og konflikt.

Vi vil få møte et **sakkyndig vitne**, som vil dele erfaringer fra rollen som fagperson i retten. Innlegget vil gi økt forståelse for hvordan sakkyndige vurderinger inngår i rettsprosessen, hvilke krav som stilles til sakkyndige, og hvordan deres faglige vurderinger kan få betydning for en sak.

Diskrimineringsnemnda vil gi en introduksjon til sitt arbeid og sitt mandat. Vi vil få innsikt i hvordan saker om diskriminering og trakassering behandles, hvilke rettigheter enkeltpersoner har, og hvordan nemnda bidrar til å styrke rettsvernet for personer som opplever forskjellsbehandling.

Den siste delen av programmet vil ha fokus på vitnestøtterollen og erfaringsdeling. Gjennom erfaringsutveksling mellom frivillige vil vi løfte frem utfordringer, gode løsninger og erfaringer fra arbeidet i domstolene. Avslutningsvis vil vi få en presentasjon av Røde Kors sitt prosjekt **«Kriminalitetsofre»**.

10.00-10.15 - Velkomst og innledning

10.15 - 10. 45 – Statens Barnehus

10.45 - 11.00 - Pause

11.00 - 11.35 - Konfliktrådet vest

11.35 - 11.50 – Pause

11.50 - 12.25 - Sakkyndig vitne

12.25 - 12.40 - Pause

12.40 - 13.15 - Diskrimineringsnemnda

13.15 - 13.30 - Pause

13.30 - 14.00 - Erfaringsutveksling og prosjektpresentasjon “Kriminalitetsofre»