

 **Røde Kors Bergen**



**BRØ**  
DER  
KOMPETANSE  
MØTES

**17. – 18. FEBRUAR 2018**  
**SCANDIC BERGEN**  
**NEPTUN HOTELL**  
**VALKENDORFSGATE 8**



## **KJÆRE FRIVILLIG**

Bergen Røde Kors Opplæring gjentar suksessen og inviterer alle frivillige i Hordaland til BRO 2018!

BRO er en kurshelg av frivillige for frivillige, med fokus på opplæring, mangfold og læring på tvers av aktiviteter. Vi gir deg muligheten til å delta på grunnleggende og viderekomende kurs, samt sosialisere og diskutere med andre frivillige.

BRO arrangeres i år for 5. gang, og vi er stolte over å kunne presentere årets program. Det blir en spennende helg med faglig påfyll og inspirerende foredrag!

Hilsen BRO-gruppen,  
en del av Bergen Røde Kors Opplæring.

# RAMMETIMEPLAN

## Lørdag 17. Februar

08.30-9.00: Registrering

09.00-10.00: Kick-off - velkommen v/ styreleder i Bergen Røde Kors,  
Monica Håkansson og BRO-gruppen

10.00-13.00: Kurs

13.00-14.00: Lunsj

14.00-17.00: Kurs

## Søndag 18. Februar

08.30-9.00: Registrering

09.00-10.00: Jeg – en verdifull frivillig, v/ Helge Gudmundsen

10.00-13.00: Kurs

13.00-14.00: Lunsj

14.00-17.00: Kurs

# KURSMENY

Her finner du en kort presentasjon av alle kursene våre. Under de enkelte er det spesifisert eventuelle krav til forkunnskaper. Med grunnopplæring menes Introduksjon til Røde Kors, psykososial førstehjelp og førstehjelp. Med temakurs menes de ulike aktivitetenes egne kurs som for eksempel Temakurs Leksehjelp, Temakurs Besøktjeneste og så videre.

## Hele helgen:

### Aktivitet- og gruppelederopplæring:

Kurset tar sikte på å gi alle aktivitet- og gruppeledere en god innføring i, og økt trygghet i, rollen som leder i Bergen Røde Kors. Kurset inneholder elementer fra blant annet grunnkurs ledelse og grunnkurs organisasjon, gjennomgang av frivillighetsmappen, etikk og taushetserklæring, samt de ulike tiltakene i Bergen Røde Kors.

Vi ser på ulike styrende dokumenter som handlingsplaner og strategi, både for aktiviteter og på nasjonalt nivå, for å se hvordan disse henger sammen. Vi snakker en del om dilemmaer som oppstår i aktiviteter, diskuterer innspill deltagerne måtte ha underveis og tar også for oss temaer som rekruttering, oppfølging av frivillige og rollefordeling mellom frivillige, ledere og ansatte.

Krav til forkunnskaper: Grunnopplæring for alle frivillige i Røde Kors og temakurs for din aktivitet (dersom dette finnes). Vi ønsker at deltagerne har noe erfaring som leder i Røde Kors, og at man kjenner sin aktivitet godt.

### Forebygging ved selvmordsfare:

Kurset består av forelesninger, filmklipp, diskusjoner, erfaringsutveksling og praktiske øvelser. Som deltaker utfordres du til bevisstgjøring av egne holdninger til selvmord. Du lærer en modell for førstehjelp ved selvmordsfare og får øvd på å bruke modellen gjennom praktiske øvelser. For mer informasjon: Informasjon om Førstehjelp ved selvmordsfare

Krav til forkunnskaper: Introduksjon til Røde Kors. Deltagere med erfaring fra aktivitet blir prioritert.

## Hele dagen lørdag:

### Internasjonal humanitær rett:

Kurset gir en innføring i internasjonal humanitær rett, også kjent som krigens folkerett eller regler i krig. Røde Kors sin historie, Geneve-konvensjonene, emblemene og menneskerettigheter er blant annet tema på dette kurset. Man bygger videre på det som tas opp på kurset "introduksjon til Røde Kors".

Krav til forkunnskaper: Grunnopplæring for alle frivillige i Røde Kors.

### Temakurs: Omsorg

Temakurs omsorg skal gi frivillige økt kompetanse til å drive og utvikle behovsrettede humanitære aktiviteter. Kurset skal bidra til at frivillige blir tryggere i rollen sin og til kvalitet i våre omsorgsaktiviteter.

Vi skal blant annet snakke om temaer som hvordan vi møter mennesker i sårbare livssituasjoner, de ulike aktivitetene innenfor omsorg, Røde Kors` rammeverk og beredskap i Røde Kors` omsorgsaktiviteter.

Krav til forkunnskaper: Grunnopplæring for alle frivillige i Røde Kors og helst temakurs for den aktiviteten du er frivillig i.

## **Før lunsj lørdag:**

### **Temakurs: Taushetsplikt**

3t (før lunsj)

Kurset skal styrke de frivilliges evne til å gjenkjenne situasjoner som på ulike vis omhandler taushetsplikten og håndtere disse i tråd med gjeldende retningslinjer. Man får blant annet en innføring i de viktigste reglene om taushets- og opplysningsplikt, etikk og taushetserklæringen til Røde Kors som alle frivillige skal kjenne til og signere ved oppstart i aktivitet.

Krav til forkunnskaper: Introduksjon til Røde Kors.

### **Workshop: Sosiale møteplasser**

3t (før lunsj)

Denne workshopen vil ta for seg ulike situasjoner man kan komme opp i som frivillig på en sosial møteplass. Innholdet er skreddersydd for allerede eksisterende møteplasser/gruppeaktiviteter, hvor hovedfokus er drift av sosiale møteplasser/aktiviteter tilknyttet Fellesverket, ikke oppstart. Denne workshopen er aktuell for deg som er frivillig på oppvekstfeltet, spesielt på Fellesverket og i Multimix, men også gruppeaktiviteter som leksehjelp, gatemegling, flyktningekompis med flere.

### **Ettersamtale:**

3t – (både før og etter lunsj)

Hensikten med dette kurset er å gi ledere eller andre ressurspersoner kunnskap om og ferdigheter i å gjennomføre såkalte ettersamtaler for frivillige og ansatte som har vært i aktivitet eller innsats under kriser, ulykker eller katastrofesituasjoner på vegne av Røde Kors. Dette kurset arrangeres både før og etter lunsj og kan derfor kombineres med annet kurs av tilsvarende lengde.

Krav til forkunnskaper: Grunnopplæring for alle frivillige i Røde Kors.

## **Etter lunsj lørdag:**

### **Temakurs: Verve og beholde frivillige**

3t (etter lunsj)

Hensikten med kurset er å utruste deltagerne med kunnskaper og ferdigheter for å verve frivillige, hvordan man kan få et større mangfold blant de frivillige, og hvordan man kan ta imot og pleie frivillige slik at vi beholder flere av dem lengre. Kurset er spesielt aktuelt for deg som har ansvar for frivillig-koordinering og tilrettelegging i aktivitet.

Krav til forkunnskaper: Grunnopplæring for alle frivillige i Røde Kors.

### **Workshop: Den nødvendige samtale**

3t (etter lunsj)

Denne workshopen har som hensikt å bidra til større trygghet i lederrollen, bidra til å utvikle en god samtalekultur og hjelpe deg som leder til å unngå at uenigheter utvikler seg til konflikter i den aktiviteten du er med i. Her får man kjennskap til noen verktøy som kan brukes når man kommer opp i en situasjon man kan synes er vanskelig.

Krav til forkunnskaper: Grunnopplæring for alle frivillige i Røde Kors. Ledere i aktiviteter og tillitsvalgte vil bli prioritert.

### **Ettersamtale:**

3t – (både før og etter lunsj)

Hensikten med dette kurset er å gi ledere eller andre ressurspersoner kunnskap om og ferdigheter i å gjennomføre såkalte ettersamtaler for frivillige og ansatte som har vært i aktivitet eller innsats under kriser, ulykker eller katastrofesituasjoner på vegne av Røde Kors. Dette kurset arrangeres både før og etter lunsj og kan derfor kombineres med annet kurs av tilsvarende lengde.

Krav til forkunnskaper: Grunnopplæring for alle frivillige i Røde Kors.

## **Fagsamlinger søndag: (Hele dagen)**

### **Oppvekst, Fellesverket og Ungdom**

Denne samlingen består av flere deler. Det blir fokus på hvordan barn & unge i Bergen har det i dag og et foredrag v. Mobbeombudet – ”hva er mobbeombudet og hvordan kan de frivillige hjelpe barn & unge som er utsatt for mobbing?”. I tillegg får vi besøk av utekontakten som skal snakke om deres tilbud, hvordan de jobber og hvordan vi kan samarbeide best mulig.

Vi runder av med en workshop på tvers av aktivitetene med fokus på samarbeid og dagens tematikk. Her vil du treffe koordinatorene for BARK, Leksehjelp, Gatemegling, Fellesverket og Ungdom – en gylden mulighet til å komme med innspill og møte frivillige fra de andre aktivitetene!

### **Flyktingguide/Støttespiller**

Dagen blir todelt, hvor første del er felles for alle frivillige på migrasjonsfeltet. Temaet er flyktingers rettigheter – et foredrag ved en representant fra Introduksjonsprogrammet i kommunen. Denne delen er felles for frivillige i Flyktingguide, Støttespiller og Norsktraining.

Etter lunsj blir det lagt opp til erfaringsutveksling og workshop på tvers av lokalforeninger og aktiviteter med 1-1 koblinger. Det blir gruppearbeid og oppgaver med tematikk tilpasset de ulike feltene (flerkultur og besøkstjeneste). Denne samlingen er aktuell for alle frivillige i flyktingguiden og støttespiller.

### **Norsktraining**

Dagen blir todelt, hvor første del er felles for alle frivillige på migrasjonsfeltet. Temaet er flyktingers rettigheter – et foredrag ved en representant fra Introduksjonsprogrammet i kommunen. Denne delen er felles for frivillige i Norsktraining, Flyktingguide og Støttespiller.

Etter lunsj ønsker vi velkommen til et splitter nytt kurs for frivillige norsktrenere! Kursholdere kommer fra Oslo Røde Kors for å styrke frivillige norsktreneres kompetanse. Det går konkret på øvelser og teknikker i norsktreeningen, men også på det faglige rundt det å være en frivillig norsktrener. Det vil bli både praktiske øvelser i grupper og felles fagpåfyll.

### **Besøkstjenesten**

Før lunsj vil hovedtema være demens og aktivitet med mennesker som er rammet av dette.

Etter lunsj blir det lagt opp til erfaringsutveksling og workshop på tvers av lokalforeninger og aktiviteter. Det blir gruppearbeid og oppgaver med tematikk tilpasset de ulike feltene (flerkultur og besøkstjeneste) og aktivitetenes art (gruppe-situasjon eller 1-til-1 koblinger). Denne samlingen er aktuell for alle frivillige i besøkstjenesten.



## **Nettverk**

Det blir 3 ulike foredrag for nettverksfrivillige denne dagen. Thomas Orø kommer og forteller om hvordan fysisk aktivitet kan brukes som terapi for rusavhengige. Arild Knudsen og Ole Jørgen vil ha en workshop for hvordan man kan jobbe med deltagerne som er i LAR-oppfølging gjennom våre aktiviteter. Det blir også holdt et foredrag om innsattes hverdag og viktigheten av fokus på mental helse i fengsel. Denne delen vi bli holdt av en prest/psykolog ved en av institusjonene i Bergen.

## **EVA**

Denne fagdelen består av en del om dagens situasjon i EVA - hvem er deltagerne og hvordan man arbeider. Du vil få et innblikk i historien til en EVA-deltager, og i hvordan et krisesenter fungerer. Fagsamlingen avsluttes med en workshop rundt gruppeaktivitet og erfaringsutveksling. Dette er aktuelt og tilpasset slik at både nye og erfarne EVA frivillige skal få faglig påfyll.

## **Hjelpekorps**

Denne dagen har hjelpekorpsset fokus på oppfriskning av førstehjelpskunnskaper for sine frivillige. Det blir noe teori og masse praktisk øvelse.

# PÅMELDING

Du vil motta praktisk informasjon og endelig bekreftelse på påmelding i løpet av den første uken i februar. Hvis du tilhører en annen lokalforening enn Bergen Røde Kors skal din påmelding være godkjent av din kontaktperson i forkant.

## Priser:

Kurs hel helg kr 400.

Kurs del av helg/1 dag kr 200.

*Dette dekkes av din lokalforening, dersom ikke annet er avtalt - spør din kontaktperson dersom du er usikker.*

Deltagere som har gjennomført grunnopplæringen (Introduksjon til Røde Kors, psykososial førstehjelp og førstehjelp ) og som kan delta hele helgen vil bli prioritert.

**Lenke til påmelding:** <https://goo.gl/forms/gp9loQKCrY6THRok2>

**Frist for påmelding: onsdag 31. januar.**

Ved avmelding etter 10. februar belastes hele kursavgiften.

**Ved spørsmål ta kontakt med Astri Fretheim:**

**astri.fretheim@redcross.no**

**Tlf. 913 46 229**