

**Røde Kors Oslo**  
Nettverk etter soning

# ÅRSRAPPORT 2025



# INNHold

- 1 HØYDEPUNKTER I 2025**
- 1 MÅLGRUPPE**
- 3 FRIVILLIGE**
- 4 MEDVIRKNING**
- 5 TILBAKEFØRINGSSENTERET G26**
- 6 HELHETLIG AKTIVITETSTILBUD**
- 7 ARRANGEMENTER**
- 8 EN HELT MAGISK OPPLEVELSE**
- 9 ARBEIDSTRENING**
- 10 GJELD OG HVERDAGSØKONOMI**
- 11 ARBEID MED BARN OG FAMILIER**
- 12 FOKUS PÅ UNGE**
- 13 SAMFUNNSEFFEKT AV NES' ARBEID**
- 13 ØKONOMI OG SAMARBEIDSPARTNERE**
- 14 TAKK TIL ALLE BIDRAGSYTERE TIL NETTVERK ETTER SONING I 2025**
- 14 KONTAKT OSS GJERNE**

# HØYDEPUNKTER I 2025

2025 har vært et innholdsrikt og aktivt år med stor deltakelse, nye tilbud og viktige milepæler for Nettverk etter soning.

Kongens Fortjenstmedalje ble tildelt enhetsleder Stian Estenstad, en anerkjennelse av hans mangeårige innsats.

Gjennom året etablerte vi flere nye aktiviteter, blant annet kor, sjakkklubb, turgruppe, samtalegruppe for foreldre i G26, pappaprogram i Oslo fengsel og kvinnekafé.

Vi arrangerte en rekke samlinger og markeringer, inkludert Kvinnedagen, sommerfest, Tons of Rock, Tilbakeføringskonferansen, konserter i G26, i fengsler og i Torshov kirke, ungdomsuker i fengsel og friomsorgen samt julebord for deltakere og frivillige.

Det ble også gjennomført flere turer, blant annet to femdagers seiltokt, dugnad på Fulehuk fyr, familiegruppetur til Eidene og turgruppetur til Høvringen.

Aktiviteter som tirsdags- og torsdagsmiddager, turer, Tenk-ut-refleksjonsgrupper, øvrige aktiviteter og tilbudet ved Vettakollen familiesenter hadde stor og stabil deltakelse gjennom året.



## Hovedmål for Nettverk etter soning (NES), er å:

- Forebygge tilbakefall til rus og/eller kriminalitet.
- Skape sosial inkludering og forebygge utenforskap.
- Bidra til sosial deltakelse og deltakelse i arbeidslivet.

Nettverk etter soning er et tilbud til straffedømte som ønsker å bryte med kriminalitet og eventuelt rus. Vi har også et tydelig fokus på å jobbe med unge som står i fare for å etablere seg i risikomiljøer. Målet vårt er å gi deltakeren en sjanse til å øke sin livsmestring og å hindre tilbakefall. Gjennom deltakelse i NES, kan også foreldre få trening i foreldrerollen og barna kan oppleve trygghet gjennom aktivitet og lek.

## Målgruppen

- Straffedømte i avsluttende soning og løslatte, som er motivert for å leve et liv uten kriminalitet og rus.
- Unge lovbyggere mellom 15 og 25 år. Og ungdommer i samme aldersgruppe som er i belastede miljøer.
- Straffedømtes barn og familie.

## Kan du tenke deg å bli deltaker?

Da hører vi gjerne fra deg. Det er likegyldig om du er løslatt, fortsatt under straffegjennomføring, eller skal sone en dom ute i samfunnet.

Kontaktinformasjonen finner du på siste side i denne beretningen. Du trenger bare ringe så setter vi opp en inntakssamtale, helst fysisk, men det kan også foregå digitalt.

Vi arbeider hele tiden med rekruttering av nye deltakere og vi fokuserer også på at hver enkelt deltaker skal få til å bruke tilbudet så lenge man har behov. Alle tilbudene i NES er frivillig å delta på, og det er et viktig prinsipp at det er deltakeren selv som må ta tak i sine utfordringer, med støtte fra NES og våre frivillige.

### Nøkkeltall 2025

#### Deltakere og familier

- 557 aktive deltakere
- 16 % kvinnelige deltakere (mot ca. 6 % i den generelle innsattepopulasjonen)
- 200 barn deltok i aktiviteter i regi av NES
- Over 1000 personer benyttet tilbudene i Oslo (inkludert partnere og barn)

#### Frivillighet

- 216 unike frivillige
- Totalt 265 frivillige engasjementer (flere bidro i mer enn én aktivitet)
- Kjønnfordeling: 54 % kvinner og 46 % menn

#### Organisasjon

- 15 fulltidsansatte
- 2 deltidsansatte



*“Min erfaring er at NES møter mennesker med respekt og uten fordømmelse. Det oppleves som et sted der man blir sett som et helt menneske, ikke bare ut fra fortiden sin”*

*- Deltaker i NES*

# FRIVILLIGHET

## Frivillig innsats — en avgjørende ressurs

En av de viktigste suksessfaktorene i 2025 har vært den omfattende innsatsen fra frivillige.

Totalt bidro 216 frivillige med i gjennomsnitt 11 timer per måned hver. Dette utgjør om lag 28 500 frivilligtimer i løpet av året, **tilsvarende rundt 17 frivillige årsverk** (beregnet med 1700 timer per årsverk).

Frivillige rekrutteres gjennom oppstartskurs i regi av Oslo Røde Kors, ved å melde seg på [www.rodekors.no/bli-frivillig/](http://www.rodekors.no/bli-frivillig/)



Deretter intervjues de som ønsker å gjøre en innsats i arbeidet med tilbakeføring av straffedømte, for så å inviteres til egne kurs i regi av Nettverk etter soning. I 2025 hadde NES tre ordinære kurs for frivillige. Kursene går over to dager, hvor et besøk i Oslo Fengsel inngår.

**I 2024 utviklet NES et eget frivilligkurs for deltakere som over en lengre tidsperiode har vist at de har tatt avstand fra det gamle livet, og som ønsker bli frivillige i NES.**

I 2025 ble seks nye personer med deltakerbakgrunn kurset til å bli frivillige. Disse personene bidrar med svært verdifull erfaringskompetanse og blir på lik linje med andre kurset og inkludert som frivillige i NES\* fellesaktiviteter.

**I alt ble 61 nye frivillige kurset i 2025.**

I løpet av 2025 har **216 kursede frivillige vært i aktivitet i Nettverk etter soning**. Mange av våre frivillige er aktive i flere av aktivitetene i NES, og legger ned et betydelig antall timer i frivillig innsats.

Gjennom året var det **150 sosiale koblinger** i gang, hvorav 36 var nye i 2025. De sosiale koblingene fungerer som deltakerens nærmeste støttespiller og mentor, og er viktig både for sosial trygghet og for å kunne ha noen å kontakte når det "buttrer".

*"Etter at jeg ble pensjonist, meldte jeg meg tilfeldig til et introduksjonskurs i Røde Kors. Ti år senere sitter jeg igjen med noe av det mest meningsfulle jeg har gjort.*

*Som frivillig i «Nettverk etter soning» fikk jeg arbeide med innsatte som skulle tilbake til samfunnet. Å møte mennesker i en svært sårbar situasjon, bygge tillit og bidra der behovet er størst, har gitt meg ny innsikt og har også endret meg som menneske.*

*Jeg avslutter nå som frivillig med stor takknemlighet, mange sterke opplevelser og stolthet over å ha vært en del av Røde Kors".*

-Petter (frivillig i gjeldsarbeidet)

## MEDVIRKNING

Alle aktiviteter gir rom for deltakermedvirkning. For å sikre struktur og reell innflytelse har NES et **eget deltakerråd** som fungerer som deltakernes stemme inn mot administrasjonen. Rådet møtes rundt seks ganger i året, har en rådgivende rolle og skal speile bredden i NES når det gjelder aktiviteter, alder, kjønn og bakgrunn.

**Refleksjonsgrupper** er et viktig tilbakeføringsverktøy, ledet av en deltaker i samarbeid med en ansatt eller frivillig. Dette synliggjør deltakernes ressurser, gir personlig utvikling og er et godt eksempel på medvirkning i praksis.

NES gjennomfører **årlige ringerunder** for å oppdatere data, motivere til deltakelse og få tilbakemeldinger, samt større brukerundersøkelser omtrent annethvert år (neste i 2026).

**Frivillige og ansatte med deltakerbakgrunn** bidrar også med verdifull erfaringskompetanse og troverdighet, og viser at et liv uten kriminalitet og rus er mulig.

**Vi gjennomfører også en omfattende deltakerundersøkelse annethvert år.** Disse undersøkelsene gir oss verdifull innsikt, som styrker kvaliteten i vårt tilbud.

**NES er også representert i Kriminalomsorgsdirektoratets nasjonale brukerråd.** Gjennom deltakelsen bidrar vi med erfaringer fra tilbakeføringsarbeidet og perspektiver fra mennesker med soningserfaring i utviklingen av kriminalomsorgens tjenester.

NES har etablert et eget deltakerregister i tråd med GDPR. **Alle deltakere kartlegges gjennom samtaler før registrering.** I dialog med deltakere og frivillige innhenter vi nødvendig informasjon for å kunne tilby riktig og best mulig oppfølging.



*“Den første Tenk Ut-samlingen på Vettakollen ble et vendepunkt. Jeg kjente nesten ingen, men varmen fra folkene, bålpanna og grillmaten gjorde nervene litt mindre bråkete. Da det ble min tur, lot jeg alt slippe ut – tårene, historien, alt jeg hadde båret alene. Og i stedet for stillhet kom det klemmer, klapp på skulderen og ord som løftet meg: «Fy søren så tøff du er.» Den kvelden gikk jeg hjem med et smil jeg ikke hadde kjent på lenge”.*

-Deltaker i NES

# TILBAKEFØRINGSSENTERET G26

Tilbakeføringscenteret G26 har også i 2025 fått betydelig lokal, nasjonal og internasjonal oppmerksomhet. I **Meld. St. 39** - "Fremtidens kriminalomsorg - trygghet, endring og samarbeid", fremheves tilbakeføringscentermodellen som en mulig løsning for fremtidig kriminalomsorg, og det foreslås å utrede om modellen bør etableres flere steder i landet.

Tilbakeføringscenteret samler **sentrale tjenester under ett tak**: Oslo voksenopplæring Sinsen, NAV, Kriminalomsorgen, og det samlede tilbudet til Nettverk etter soning.

**Målet er** å fremme god tilbakeføring gjennom tett, tverrfaglig samarbeid og samlokalisering. Ved å tilby et bredt spekter av tjenester og tilbud på samme sted blir oppfølgingen mer helhetlig, tilgjengelig og effektiv, både for deltakerne og for fagpersonene som arbeider med målgruppen.

**Oslo Røde kors** er representert i senteret med hele tilbudet til Nettverk etter soning (NES), Visitortjenesten og (fra 2026) Vitnestøtteprogrammet.

**Røverkaffe** utgjør senterets sosiale hjerte og fungerer som et trygt, rusfritt møtested der deltakerne kan bygge nye nettverk, oppleve tilhørighet og øve på vanlig sosial kontakt etter en periode på utsiden av samfunnet.

**Kriminalomsorgen** er representert ved ND-senteret (Narkotikaprogram med domstolskontroll) i Oslo samt en regional koordinator for enhetene i region Øst.

**Oslo voksenopplæring Sinsen** tilbyr videregående opplæring med rullerende inntak, slik at deltakere kan starte når som helst i året. Undervisningen foregår i små grupper med tett individuell oppfølging.

**NAV Sagene** arbeider aktivt med arbeid, økonomi og bolig. I september økte NAV sin tilstedeværelse i G26 fra tre til fire dager i uken, noe som styrket oppfølgingen av deltakernes livsopphold, bosituasjon, jobbsøking og deltakelse i arbeidsrettede tiltak. Gjennom prosjektet «Grønn etablering» har en deltaker vært i arbeidstrening med mål om utdanning som møbelsnekker, samtidig som deltakere som etablerer seg i egen bolig får tilgang til gratis brukte møbler og inventar.

Tilbakeføringscenteret og NES har hatt besøk fra flere **internasjonale delegasjoner** som ønsker innsikt i modellen for samlokalisering og helhetlig tilbakeføringsarbeid. Besøkene har ført til samarbeid med aktører i flere land, hvor erfaringene fra G26 brukes som grunnlag for utvikling av tilsvarende løsninger. Erfaringene viser at samlokalisering gir mer sammenhengende tjenester, bedre ressursutnyttelse og høyere kvalitet i oppfølgingen — til beste for både deltakerne og fagmiljøene.



*"Grip sjansen. La stemningen i Grefsenveien 26 treffe deg idet du krysser dørstokken. Ta del i aktivitetene, middagene og menneskene som fyller rommet med varme. Kanskje finner du ikke bare et tilbud – men en ny mening med livet"*

-Deltaker i NES

# HELHETLIG AKTIVITETSTILBUD

NES tilbyr et helhetlig aktivitetstilbud med mål om å motvirke ensomhet og utenforskap, og dermed forebygge tilbakefall til rus og kriminalitet. Aktivitetene skal bidra til sosial inkludering, struktur i hverdagen og utvikling av mestring og interesser.

**Totalt ble det registrert over 36.000 deltakelser i aktiviteter og tiltak i 2025**

I 2025 benyttet totalt 557 personer tilbudet. Mange deltok i flere aktiviteter, noe som tyder på at tilbudet dekker ulike behov og bidrar til jevnlig deltakelse over tid. Deltakerne hadde mulighet til å fylle store deler av uken med organiserte aktiviteter og sosialt fellesskap.

Det ble gjennomført ukentlige aktiviteter både ved Tilbakeføringsssenteret og på ulike arenaer i byen, blant annet fellesmiddager, turer, yoga, løpegruppe, sjakk, kino, klatring, golf, kor, band, samtalegrupper og tilgang til treningsrom. I tillegg ble det delt ut billetter til kulturarrangementer og arrangert overnattingsturer. Tilbudet drives i hovedsak av frivillige, med støtte fra ansatte ved behov, noe som gir høy aktivitet med begrensede ressurser.

Flere nye aktiviteter ble etablert i løpet av året, mens fotballgruppen ble avviklet på grunn av lav deltakelse og gode alternative tilbud.

Deltakelsen på fellesmiddager og matutdeling økte betydelig i 2025. **I gjennomsnitt deltok 90 personer per uke på middag, totalt 3 790 serveringer i løpet av året.** Klesutdelingene hadde også høy oppslutning og bidro til å nå deltakere med særlig behov for praktisk støtte.

**Røde Kors Oslo**  
Nettverk etter soning

## AKTIVITETER

Oppdatert Oktober 2025

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG
Golf* Hauger/Kjellsås	Tenk ut* Kl. 15.30-17.00 G26	Korøvelse Kl. 16.30 G26	Yoga* Kl. 16-17 G26	Tenk ut* Kl. 13-14.30 G26	Turgruppe* Turer i Oslo område Kl. 12
	Middag Kl. 17-19 G26		Middag Kl. 17-18 G26		
	Klatring* Kl. 18 Klatreverket Torshov		Klatring* Kl. 18 Brynseng		
			Sjakklubb Kl. 17-20 G26		

**AVTALE**  
Treningsrom  
+  
G26  
Etter avtale

**Løping\***  
Deltakelse på div  
løp. Trening i  
forkant

**Bandevølse\***  
Kl. 14  
(heilig etter avtale  
med de andre)

Vi har også kulturarrangementer, turer, samlinger (f.eks. med høylder, kinoturer, utdeling av billetter mm.

G26=Grøfseveien 26  
Aktivitetsmerket med \* krever påmelding.

Alle aktivitetene er for registrerte deltakere og frivillige i Nettverk etter soning. Har du spørsmål eller ønsker du å bli deltaker?

Ta kontakt på nes.oslo@redkors.no eller NES telefonen: 412 28 515 hvis du har spørsmål.

*“Nettverk etter Soning tok meg imot som en gjest i eget liv. Smilene deres åpnet døra, og gjeldskurset ga meg pusten tilbake. Jeg fant et fellesskap, venner som heier, og en turgruppe som lærte meg å gå videre. I samtalegruppa «Tenk ut» våget jeg å åpne rom jeg lenge hadde holdt lukket. Der inne fant jeg både mening og en ny, stille form for livskvalitet”*

- Deltaker

Blant **nye tilbud** med god måloppnåelse er **koret «Alle fugler»** (i samarbeid med Vardeteateret), en **ukentlig sjakklubb** (i samarbeid med Norges Sjakklubbund) og en turgruppe med lavterskelturer i Oslo og omegn.

**Kvinnekafé** ble etablert mot slutten av 2025 og gjennomføres månedlig. Tiltaket er under utvikling og planlegges videreført og styrket i 2026 for å bedre ivareta kvinnelige deltakere.

Samlet viser aktivitetsnivået og deltakelsen i 2025 at tilbudet når bredt ut og bidrar til sosial inkludering, struktur i hverdagen og økt tilhørighet.

## ARRANGEMENTER

Gjennom året arrangerer Nettverk etter soning noen faste middager i høytidene, da dette er perioder deltakerne beskriver som ekstra sårbare, særlig med tanke på ensomhet og rus. Vi har middag på påskeaften, julaften og nyttårsaften.

I tillegg inviterer vi deltakere til en sommerfest i juni. I år ble dette en ekstra spesiell opplevelse for de oppmøtte, da ordfører i Oslo Anne Lindboe overrasket leder for Nettverk etter soning, Stian Estenstad med Kongens fortjenestemedalje.



### Kvinnekafè og 8. mars

I samarbeid med Kriminalomsorgen har vi etablert målrettede aktiviteter for kvinnelige straffedømte under soning og i tilbakeføring. Kvinnekaféen i G26 tilbyr variert innhold som musikk, foredrag, sosialt fellesskap, matlaging, klesbytte og selvforsvarskurs. Tiltaket skal redusere stigma, ensomhet og psykiske belastninger, og samtidig styrke tilhørighet, mestring og kompetanse.

NES markerer også 8. mars med særlig oppmerksomhet på kvinner i fengsel. I 2025 ble det, i samarbeid med Visitortjenesten, arrangert markeringer i flere fengsler og ved Tilbakeføringscenteret, med mat, musikk og gaveposer donert av støttespillere.

### Påske - og julekonsert i Torshov Kirke

I 2025 arrangerte NES, i samarbeid med Lilleborg og Torshov menighet, to gratiskonsserter med budskap om samhold i en sårbar tid for mange. Begge konsertene samlet full kirke. Medvirkende var blant annet koret Alle Fugler, Musikk i fengsel og frihet samt etablerte artister som duoen Naarth og Paul Hansen.

### Tilbakeføringskonferansen 2025: "Hodet kaldt og hjertet varmt"

Den årlige Tilbakeføringskonferansen, arrangert av Oslo Røde Kors/Nettverk etter soning, har etablert seg som en sentral møteplass på fagfeltet. Årets tema var «Inkludering i en uforutsigbar tid», med fokus på hvordan en urolig verdenssituasjon påvirker politiske prioriteringer, samfunnsutvikling og arbeidet med tilbakeføring av straffedømte. Konferansen belyste også hvordan inkludering kan styrkes og polarisering motvirkes i tiden som kommer. Over 200 personer deltok fysisk, i tillegg fulgte mange konferansen digitalt.

### Konsserter og foredrag i Røverkaffe

Røverkaffe brukes også som kulturscene for konsserter og foredrag. Mange av NES' deltakere fremhever at det å ha et rusfritt kulturtilbud og en scene de vet er trygg, har stor betydning — både som sosial møteplass og som et inkluderende alternativ til andre arenaer.

## “EN HELT MAGISK OPPLEVELSE”

Mange innsatte beskriver overgangen fra soning til frihet som en overgang fra å være innestengt til å bli utestengt. Seilkurset «I samme båt» har siden 2006 vært et av Nettverk etter sonings viktigste tiltak for å motvirke dette. **49 personer deltok** på én av to femdagers seilaser med to 46 fots råseilsbåter (Vengbåter), av disse var **29 deltakere** i NES.

Begge toktene tok utgangspunkt i Hitra og gikk gjennom det værharde, men storslåtte øyriket langs Møre- og Trøndelagskysten. Den første seilasen gikk nordover mot Halten og ble avsluttet på Brekstad på Fosen, mens båtene deretter ble seilt til Kristiansund for oppstart av gruppe to, som etter fem dager vendte tilbake til Hitra. Turene bød på sterke natur- og kulturopplevelser, men først og fremst på samarbeid, mestring og fellesskap om bord.



Et sentralt virkemiddel er én-til-én-kobling mellom deltaker og frivillig, tilpasset den enkeltes behov og ofte basert på felles interesser. Koblinger prioriteres høyt, særlig for unge deltakere, og det legges vekt på god balanse i alder og kjønn.

I både interne og eksterne evalueringer trekkes seiltoktene frem som et viktig vendepunkt og starten på en prosess som for mange har bidratt til et rusfritt og lovlydig liv. Samarbeidet om bord skaper raskt tillit, ansvar og en sterk opplevelse av tilhørighet. Sosial inkludering og forebygging av ensomhet og utenforskap er selve fundamentet i NES, og fellesskap virker også forebyggende mot tilbakefall til kriminalitet og rus.

*“Seilturen er et knyttingspunkt og en opplevelse for livet som betyr svært mye for alle, tror jeg, som får muligheten til å være med. Det å ha noe å glede seg til for de som får være med lyser opp hverdagen, tidligere innsatte har ofte sjelden slike lyspunkt, spesielt rett etter løslatelse”*

- Deltaker i NES



## ARBEIDSTRENING

Fra kjelleren på Tilbakeføringscenteret G26 drives fire arbeidstreningssarenaer:

- Red Bike sykkelverksted
- Drift- og vedlikeholdsgruppen
- Røverkaffe kjøkken
- Røverkaffe kafé.

Her får straffedømte praktisk arbeidserfaring med mål om overgang til ordinær jobb og/eller utdanning.

**I 2025 gikk 26 deltakere videre i lønnet arbeid eller utdanning.** Etter fullført arbeidstreningssperiode kan deltakerne få en praksisattest fra OIK (Sinsen voksenopplæring) som dokumenterer arbeidstimer og relevante læreplanmål.

Nytt av 2025 er at man nå kan få fagbrev innen sykkelmekanikerfaget. En av våre ansatte besto fagprøven som en av de første i Norge, noe som muliggjør at våre deltakere kan søke om å bruke Red Bike som lærlingplass i fremtiden, i likhet med hva som allerede gjøres innen ernæringskokkfaget i Røverkaffe kjøkken.

**Frivillige medmennesker er en viktig ressurs i arbeidstrentingen – de bidrar til normalitet, sosiale treningssituasjoner og arbeidsmiljø preget av engasjement og arbeidsglede.**

**I 2025 økte antall deltakere i arbeidstrenting fra 45 til 68 personer.** Mange tar kontakt allerede fra fengsel, da arbeid eller annen sysselsetting ofte er en forutsetning for overgang til overgangsbolig eller soning i det fri.

Deltakergruppen har sammensatte og komplekse utfordringer. **Blant deltakerne i arbeidstrenting var 16 unge under 25 år,** som fikk særskilt oppfølging gjennom tiltaket «Ung i arbeid». Rusutfordringer er utbredt og bidrar i flere tilfeller til avbrutte løp.

Røverkaffe har i skoleferiene tilbudt skoleelever ved OIK en plass i kafeen, for å sikre at de som ellers ville blitt sittende hjemme (eller i institusjonen man har frigang fra) får en meningsfull ferie. Et team på 24 personer bestående av deltakere, frivillige og ansatte jobbet i kafevognen til Røverkaffe på Tons of Rock festivalen.



*"I tillegg fikk jeg hjelp til praktiske utfordringer – alt fra økonomi og gjeld til bolig og arbeid. Denne støtten gjorde overgangen til et vanlig arbeidsliv langt mer håndterbar. En tryggere løslatelse. Alt dette – fellesskapet, støtten, aktivitetene og menneskene – gjorde at løslatelsen ikke ble et fritt fall, men en overgang jeg kunne stå i"*

- Deltaker etter endt arbeidstrenting



# GJELD OG HVERDAGSØKONOMI

Over 80% av de som soner i fengsel har gjeld. Samtidig vet vi at for deltakere som søker et vanlig liv etter soning, vil ofte kontrollen på gjeld og økonomi være en avgjørende faktor for å lykkes. Vi har derfor siden 2014 tilbudt våre deltakere hjelp med gjeld og hverdagsøkonomi.

Deltakeren får hjelp fra frivillig gjennom egne gjeldskoblinger. Gjennom tett samarbeid kan deltakeren med hjelp fra en frivillig, finne både akutte og varige løsninger på sine gjeldsutfordringer. Vår erfaring er at god kommunikasjon og samarbeid over tid gir bedret livskvalitet og varige løsninger.

Å få orden på gjeld er en tidkrevende og ofte livsendrende prosess. Behovet for bistand er stort, og etterspørselen overstiger fortsatt vår kapasitet.

**Det har vært 77 koblinger gjennom året og pr. 31.12.25 er det 47 frivillige som er aktive innen gjeldshåndtering og hverdagsøkonomi. Tre deltakere har blitt helt gjeldfrie i løpet av 2025.**



## Omfang og resultater i 2025

- 54 aktive gjeldskoblinger per 31.12.2025
- 113 deltakere mottok gjeldshjelp
- 3 deltakere ble helt gjeldfrie
- 20 deltakere hadde aktive gjeldsordninger
- 2 søknader om gjeldsordning til behandling hos namsmannen
- 6 avslag på gjeldsordning — disse følges videre opp

For mange er offentlig gjeldsordning eneste realistiske vei til å bli gjeldfri. Deltakere med løpende ordninger får støtte for å sikre at avtalen gjennomføres, mens de som får avslag får hjelp til å stabilisere økonomien og forberede en ny søknad når det er mulig.

NES gir også akutt gjeldshjelp til deltakere med umiddelbare behov.

## Kurs i hverdagsøkonomi

Kontroll over daglig økonomi er en forutsetning for å løse gjeldsproblemer. De fleste deltakerne gjennomfører derfor kurs i hverdagsøkonomi og gjeldshåndtering, ledet av frivillige. Kursene er også åpne for eksterne deltakere.

I 2025 ble det gjennomført fire kurs med til sammen 50 deltakere.

## Kompetansespredning og forebygging

NES arbeider aktivt for å øke kunnskapen om gjeldsproblematikk blant straffedømte og betydningen av tidlig innsats — helst allerede under soning. I 2025 har vi derfor holdt kurs og forelesninger for flere fagmiljøer, blant annet:

- Fengselsaspiranter ved Kriminalomsorgens høgskole og utdanningscenter
- To-dagers kurs for kriminalomsorgen
- Forelesninger ved OsloMet
- Kurs for kriminalomsorgen i Bergen

*“Da jeg stod fast økonomisk og følte at alt hopet seg opp, fikk jeg tett oppfølging og hjelp til å rydde i gjeld og prioriteringer. Det gjorde at jeg fikk pusten tilbake og kunne fokusere fremover”.*

- Deltaker i NES

## ARBEID MED BARN OG FAMILIER

Et prioritert område innenfor nettverksbygging er å styrke relasjoner mellom deltakere og deres barn, familie og mellom familier i lik situasjon. Mange er i en prosess der de jobber for å etablere eller styrke kontakt og samvær, ofte etter lange fengselsopphold som har begrenset muligheten til å gi barna nødvendig omsorg og oppfølging. Deltakernes barn er ofte mer utsatt enn andre barn, som følge av foreldrenes sammensatte utfordringer knyttet til soning, rus, gjeld og svak tilknytning til arbeid. NES jobber helhetlig med disse problemstillingene for å styrke deltakernes tilbakeføring til samfunnet og forelderrolle.

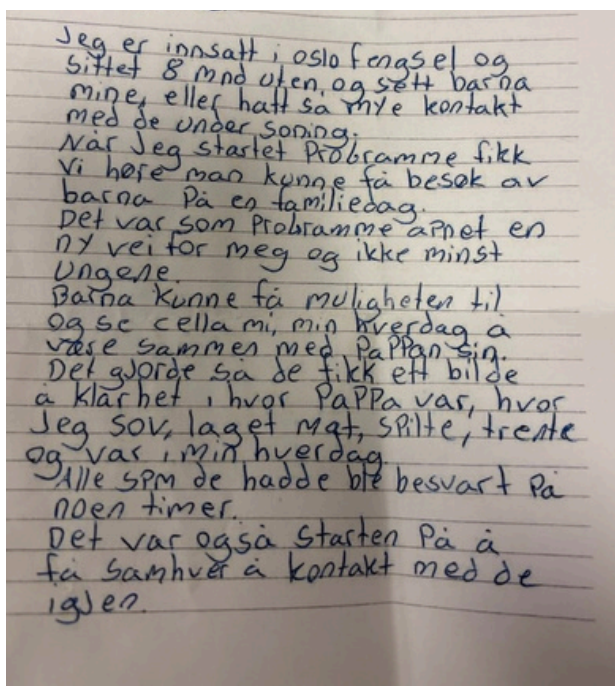
**Vi har en egen familiegruppe som arrangerer mange egne aktiviteter gjennom året og også tilbyr ferieturer for deltakere med barn i skoleferiene.**

Målet er at foreldrenes kompetanse styrkes ved å tilby turer som går over flere døgn, samt at familiene får positive opplevelser sammen og bygger nye nettverk. Familiegruppa skal være et fristed, der barna kan møte andre barn i liknende situasjon. Pr. 31.12.25 var ... deltakere med i familiegruppa. Det representerer anslagsvis 150 barn mellom 0-16 år, hvor de fleste er mellom 9 og 12 år.

Ativitetstilbudene i Familiegruppa planlegges og gjennomføres i stor grad av frivillige.

**Et viktig element i arbeidet med deltakerfamiliene er muligheten til å låne vårt familiesenter på Vettakollen, hvor vi i 2025 har hatt 521 overnatningsdøgn av deltakere med barn.**

I 2025 har Nettverk etter soning etablert en egen stilling som barne- og pårørendekontakt.



Jeg er innsatt i oslo fengsel og sittet 8 mnd uten, og sett barna mine, eller hatt så mye kontakt med de under soning. Når jeg startet Programmet fikk vi høye man kunne få besøk av barna på en familiedag. Det var som Programmet åpnet en ny vei for meg og ikke minst Ungene. Barna kunne få muligheten til og se cella mi, min hverdag a være sammen med pappa sin. Det gjorde så de fikk ett bilde a klarhet i hvor Pappa var, hvor jeg sov, laget mat, spilte, trente og var i min hverdag. Alle spm de hadde ble besvart på noen timer. Det var også starten på å få samvær a kontakt med de iglen.



I samarbeid med Robust, Kirkens bymisjon har NES kurset frivillige i narrativ samtaleteknikk for å drive foreldresamtalegrupper. Det er i tillegg gjennomført et pappaprogram i Oslo fengsel, med avsluttende familiedag hvor barna fikk besøke pappa inne på avdelingen.

### Julegaver til barn av straffedømte

Gjennom kampanjen "pappa i fengsel" samlet NES inn penger til julegaver til barn av innsatte, i tillegg til barn av Nettverk etter soning sine deltakere.

**Til sammen fikk 203 barn julegave.**

*"Det er ikke vi som soner hardest i jula.  
Det er ungene våre"*

- Innsatt

## FOKUS PÅ UNGE

Nettverk Ung er et tilbud til ungdom mellom 15 og 25 år som enten er straffedømt eller i risikozonen for kriminalitet. Tiltaket ble etablert i 2015 og gir tett oppfølging fra frivillige og ansatte med mål om å støtte ungdommene i å leve et liv uten rus og kriminalitet.

I 2025 ble tilbudet gjennomgått og målgruppen justert. Erfaring viser at det er krevende å bruke frivillige i oppfølging av innsatte dømt for alvorlig, ofte gjengrelatert kriminalitet, blant annet på grunn av et høyt trusselnivå. Tiltaket retter seg derfor i større grad mot ungdom i risikozonen og unge i kontakt med friomsorg og konfliktråd, med mål om tidligere innsats.



Deltakerne befinner seg ofte i en utsatt livssituasjon preget av rusproblemer, kriminalitet, svake nettverk og utfordrende sosiale relasjoner. Mange har hatt en vanskelig oppvekst og begrenset tillit til hjelpeapparatet. Som frivillig organisasjon har Nettverk Ung gode forutsetninger for å bygge tillit og bidra til varig endring. Arbeidet med målgruppen krever tett og fleksibel oppfølging. Mange deltakere har sammensatte behov, inkludert diagnoser som ADHD, lese- og skrivevansker eller kognitive utfordringer, samt vansker med aggresjon og motivasjon for endring. Oppfølgingen tilpasses individuelt og kan omfatte hyppig kontakt, mentorstøtte og bistand i møte med hjelpe- og straffeapparatet.

I 2025 ble 31 ungdommer fulgt opp, hvorav 16 deltok i arbeidstrening hos Nettverk etter soning og seks var utplassert i eksterne bedrifter. Totalt 14 ungdommer mottok oppfølging fra frivillig mentor.

### Ungdomsuker i fengsel og friomsorg

Nettverk etter soning arrangerte også Ungdomsuke i Indre Østfold fengsel, Oslo fengsel og ved Oslo friomsorgskontor, med **totalt 34 deltakere**.

Temaene omfattet blant annet livsmestring, rus, vold, kriminalitet, refleksjon over egen livssituasjon, nettverksbygging, aktivitet og trening, musikk samt moral og etikk.



*“Takk Gud for  
Nettverk Ung”*

- Mor til deltaker

# SAMFUNNSØKONOMISK GEVINST AV REDUSERT TILBAKEFALL

Sosialt nettverk har avgjørende betydning for helse, livskvalitet og muligheten til å leve et liv uten kriminalitet. Levekårsundersøkelser fra Statistisk sentralbyrå viser at innsatte og tidligere innsatte i stor grad opplever ensomhet og mangler stabile relasjoner. NES tilbyr derfor et viktig fellesskap og et alternativ til isolasjon, både under og etter soning.



## Samfunnsøkonomisk gevinst

NES bidrar til betydelige samfunnsøkonomiske besparelser ved å støtte personer i å bryte med rus og kriminalitet. På oppdrag fra NES og Røde Kors gjennomførte Oslo Economics i 2023 en analyse av effekten av vellykket tilbakeføring for én person:

Resultatene viser at dersom en person går over i fast arbeid, innebærer dette en samfunnsøkonomisk besparelse på om lag én million kroner per år.

Dersom personen ikke kommer i arbeid, men likevel lykkes med å holde seg borte fra rus og kriminalitet og i stedet mottar varige trygdeytelser, er den årlige besparelsen beregnet til om lag en halv million kroner. Tallene viser at effektiv tilbakeføring gir store økonomiske gevinster, selv når personen ikke kommer i arbeid.

**I tillegg til disse økonomiske besparelsene, oppnår vi også viktige medmenneskelige gevinster.** Dette innebærer at individer ikke blir utsatt for vold eller annen kriminalitet, og at familier og pårørende slipper å oppleve konsekvensene av at en forelder eller nærstående blir fengslet eller lever et liv i kriminalitet. Et effektivt tilbakeføringsarbeid er, med andre ord, en av de mest fornuftige investeringene samfunnet kan gjøre.

## ØKONOMI OG SAMARBEIDSPARTNERE

Driften av NES i Oslo kostet i 2025 i underkant av 21 millioner kroner. Det har vært krevende å få inn nok inntekter og NES endte derfor med et budsjettunderskudd på 945.000kr.

Driften av NES baserer seg på en rekke finansieringskilder fra både offentlig og privat sektor. Vi er takknemlige for alle de instanser som ser verdien av langsiktig arbeid med straffedømte, og som derfor er med på å finansiere driften. Vi har også en rekke samarbeidspartnere som bidrar med frivillighet, kompetanse, utlån av lagerplass, eller som gir oss rabatter eller gaver. Tusen takk!

- 5% Underskudd/egenandel
- 2% Næringslivsinntekter
- 17% Fond, legater og stiftelser
- 18% Inntekter Røverkaffe og Red Bike
- 16% Oslo Kommune
- 42% Stat/Direktorat

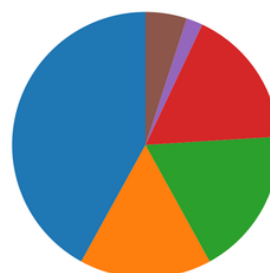
### Kan du og din bedrift bidra?

Ønsker dere å bli næringslivspartner med NES, eller på annen måte bidra til vårt arbeid?

Ta gjerne kontakt med enhetsleder, Stian Estenstad.

stian.estenstad@redcross.no /  
932 31 294

### Inntektsfordeling 2025:



## Takk til alle bidragsytere til Nettverk etter soning i 2025



Bergesen-  
stiftelsen



Oslo



Helsedirektoratet



KRIMINALOMSORGEN



Capgemini



GYLDENDAL

RÆDER  
BING



Konfliktrådet



Husbanken



Matsentralen  
*Vi gir mat, mennesker og miljø en ny sjanse*

storebrand

**Vi vil også takke** - Vernelagsstiftelsen, Extra Storo, Oslo Røde Kors Vestre, Barnehjelpslegatet, Hartners fond og alle bedriftene som har bidratt med pro bono-varer og tjenester til våre deltakere og aktiviteter.

## KONTAKT OSS GJERNE

**Telefon: 23 23 00 92**  
**E-post: [nes.oslo@redcross.no](mailto:nes.oslo@redcross.no)**

Leder: **Stian Estenstad**, [stian.estenstad@redcross.no](mailto:stian.estenstad@redcross.no) Tlf: 932 31 294

Teamleder Nettverk sosial inkludering og gjeldsrådgivning:  
**Erlend Wærum**, [erlend.warum@redcross.no](mailto:erlend.warum@redcross.no) Tlf: 918 36 315

Teamleder Arbeid:  
**Magali Hytten**, [magali.hytten@redcross.no](mailto:magali.hytten@redcross.no) Tlf: 414 63 340

Oslo Røde Kors er et distriktskontor ledet av et frivillig medlemsstyre. 114 ansatte jobber for å legge til rette for frivillig innsats i over 40 aktiviteter. Våre 4600 frivillige er vår største ressurs og helt avgjørende for at vi skal få gjennomført vårt oppdrag. Oslo Røde Kors setter søkelyset på storbyutfordringer som ensomhet, integrering og sosial isolasjon. Vi skaper møteplasser og legger til rette for flere og bedre møter mellom mennesker. Barn og unge, eldre, migranter og tidligere innsatte er alle prioriterte grupper. Vi tilbyr også akutt hjelp til mennesker utsatt for menneskehandel, papirløse, bostedsløse tilreisende eller personer som er i ferd med å bli tvangsgiftet eller utsatt for kjønnslemlestelse.