



Røde Kors
Ambulanse

Årsrapport 2025

Innhold

- | | | | |
|-----------|-------------------------------------|-----------|------------------------|
| 04 | Frivilligheten | 22 | Besøktjenesten |
| 06 | Felleskap og mangfold | 24 | BUA Leangen |
| 08 | Barnas Røde Kors | 25 | Treffpunkt Jentegruppe |
| 09 | Aktiviteter for barn på krisesenter | 26 | Visitor |
| 10 | Fellesverket | 27 | Vitnestøtte |
| 12 | Familiesenter | 28 | Gatemebling |
| 14 | Ski-VM | 29 | Funkinn |
| 16 | Sanitetsvakt | 30 | Mentorfamilie/Veipunkt |
| 18 | Søk og redning | 31 | Prima |
| 20 | Resiliage | 32 | Pantelotteriet |
| 21 | RECITE | 33 | Samarbeidspartnere |

Redaktør: June Karlsen
Bilder uten fotobyline er tatt av June Karlsen.
Besøksadresse: Nardovegen 4b
E-post: Post@trondheim-redcross.no
Nettside: www.rodekors.no/Trondheim
Facebook: Trondheim Røde Kors
Instagram: Trondheim Røde Kors
LinkedIn: Trondheim Røde Kors

Støtt oss ved å:
Bli frivillig: www.mittrodekors.no
Bli medlem: www.rodekors.no/medlem
Grasrotandel når du tipper: www.grasrotandel.no
Trykk på pantelotteriknappen når du panter
Gaver kan gis på Vipps: 100149

Styreleders hilsen

Når vi ser ut på verden i dag med krig, urettferdighet og humanitære kriser som stadig preger nyhetsbildet, er det fort gjort å kjenne på en følelse av maktesløshet. Kjerneverdiene våre utfordres, og hverdagen kan virke uforutsigbar. Men midt i alt dette kjenner jeg på en dyp og ektefølt trygghet. Hvorfor? Fordi jeg ser hva vi bor i. Jeg ser Trondheim, og jeg ser våre over 1000 fantastiske frivillige gjøre en fantastisk innsats dag etter dag.

I 2025 leverte vi 116 184 frivilligtimer. 68,5 årsverk à 741 600 kroner, dvs. 50,8 millioner beregnet samfunnsgevinst utregnet i snittlønn i Norge 2025.

Dere frivillige står fjellstøtt og i en urolig verden er dere beviset på at uforbeholden medmenneskelighet fortsatt finnes. Enten dere skjenker en kopp kaffe til en innsatt, lytter til en ensom eldre, eller skaper trygge rammer for lek på familiesenteret, gjør dere hverdagen lysere for noen som trenger det.

Bare se på hva vi fikk til sammen under Ski-VM! Med over 2250 vakttimer i Granåsen og på Medal Plaza leverte hjelpekorpsset vårt sitt største sanitetsoppdrag siden 1997. Dere viste en dugnadsånd, profesjonalitet og ro under press som det står enorm respekt av.

Og innsatsen stopper ikke der. På Fellesverket er dere et livsviktig ankerfeste for over 4450 ungdommer som trenger et trygt sted å være og et gratis måltid i en økonomisk krevende tid.



Dere driver BUA Leangen til nye utlånsrekorder i Trondheim og nasjonalt, og dere skaper helt nye tilbud som "Veipunkt" og "Funkinn" for å møte behovene byen vår faktisk har.

Til de 90 av dere som nå står klare som beredskapsvakter i Totalforsvarsåret 2026: Dere er en uunnværlig del av Norges ryggrad. Sammen med våre dyktige ansatte utgjør dere et lag som gjør meg utrolig stolt. Takk for at dere bærer Røde Kors-emblemet med en slik verdighet. Til slutt vil jeg rette en spesiell takk til dere vi er til for, innbyggerne i Trondheim. Frivilligheten i denne byen hadde ikke hatt de samme vilkårene uten den rause mottakelsen vi får fra dere. Tusen takk for tilliten vi har hos dere!

Uansett hvor i byen vi befinner oss, møtes vi med åpne armer, blide smil og varme ord. Den støtten, tilliten og heiagjengen dere utgjør, er selve drivstoffet vårt. Det er det som gir våre frivillige motivasjon og kraft til å ta på seg vesten, rykke ut i all slags vær, og fortsette arbeidet for at Trondheim skal være en trygg og varm by for alle.

Takk for at dere spiller på lag med oss. Vi gleder oss stort til å fortsette det viktige arbeidet, for og sammen med dere, resten av 2026!

Thomas Enoksen,
styreleder Trondheim Røde Kors

1 022 frivillige

116 184 frivilligtimer

68,5 Årsverk

2025

Frivilligheten

Beredskap

Samarbeidsavtale mellom Trondheim Røde Kors og Trondheim kommune.

Frivillig beredskap hvor alle frivillige i Trondheim Røde Kors kan kalles ut for å bistå myndighetene ved større hendelser.

Ressursgruppe jobber for å styrke samarbeidet innad i Trondheim Røde Kors og sammen med Trondheim kommune.

Beredskapsvakt er klare til å hjelpe ved alvorlige hendelser i eget nærmiljø.

Hjelpekorps

Søk og redning fra fjord til fjell hele året.

Sanitetsvakter gir tilstedeværelse og trygghet under alle typer arrangementer.

Suppleringskjøring for å støtte Helse-Midt-Norge med ambulansetransport.

Førstehjelpsopplæring av Røde Kors-frivillige og samarbeidspartnere.

Felleskap og mangfold

Flyktningguide: Nylig bosatte flyktninger blir koblet med en frivillig i ett år.

Vennefamilie gir trygge og nære relasjoner for nylig bosatte og enslige mindreårige.

Turgruppe til topps bidrar til inkludering, integrering, språktrening og kulturutveksling.

Norsktraining: Frivillige hjelper deltakere med å praktisere norsk.

Sommerkurs: Aktivitetstilbud for nylig bosatte flyktninger.

Sykelgruppe: Sykkeltrening er for alle over 18 år som har lyst til å lære seg å sykle.

Forskning

Resiliage: Styrke samfunnets motstandskraft. www.resiliage.eu

RECITE: Skal øke kunnskapen og bidra til praktiske løsninger for å styrke samfunnets evne til å håndtere ekstreme værhendelser.

Engage: Engage Society for Risk Awareness and Resilience. www.project-engage.eu

Sosial inkludering

Besøksvenner bidrar til å gjøre hverdagen lettere for ensomme over 18 år.

Besøksvenn med hund: Firbente sprer glede sammen med sine eiere.

Kaffekoppen: Møteplasser rundt om i Trondheim, for de som vil møte andre og ta en prat over en kaffekopp.

Visitortjenesten: Frivillige besøker innsatte i fengsel.

Vitnestøtte: Medmenneskelig støtte og praktisk hjelp for vitner i rettsaker.

Mentorfamilie: For personer over 18 år som har vært utsatt for negativ sosial kontroll, tvangsekteskap eller andre former for æresmotivert vold.

Veipunkt: Støtte og veiledning ved negativ sosial kontroll og æresmotivert vold

Organisasjonsarbeid

Informasjonsarbeid: Informasjon om og pengeinnsamling til akutte kriser over hele verden.

Opplæring: Opplæring og kursing av frivillige.

Oppvekst

Fellesverket: Aktivitetshus for ungdom midt i sentrum av Trondheim.

Gatemegling: Workshops som gir ungdom verktøy og kontroll i møte med konflikt.

Treffpunkt Jentegruppe: Et trygt og inkluderende møtested for jenter mellom 18 og 30 år.

Barn på krisesenter: Frivillige gjennomfører ukentlige aktiviteter for og med barn på krisesenter.

Bark Tempe: Aktiviteter for barn på 1.-6. trinn i bydelen Tempe. Målet er at flere barn skal oppleve mestring, inkludering og tilhørighet i sitt eget nærmiljø.

Bark Lilleby: Aktiviteter for barn på 5.-7. trinn i bydelen Lilleby, med fokus på fysisk aktivitet, sosialt samvær og å gi barna mestringsfølelse.

Bua Leangen: Utlånssentral for sports- og friluftsutstyr. Her kan man låne helt gratis!

Røde Kors Ungdom: Informasjonsarbeid og aktiviteter for ungdom.

Familiesenter: En åpen møteplass hvor foreldre kangjøre noe hyggelig sammen med barna sine, delta på gratis aktiviteter og treffe andre familier.

Funkinn: En inkluderende sosial møteplass for unge voksne med kognitive funksjonsvariasjoner i alderen 18-30 år.



Felleskap og mangfold

I året som har gått har vårt arbeid på fellesskap og mangfold styrket båndene mellom mennesker med ulike bakgrunner. Vårt fokus er å skape inkluderende møteplasser, bygge relasjoner og bidra til at alle føler seg som en del av fellesskapet. Dette gjør vi ved å tilby trygge og sosiale arenaer og læringsmuligheter der språktrening, kulturforståelse og mestring er viktige elementer.

I 2025 har fellesarrangementene bestått av «Hundekos og lunsj» hos Østbyen Frivilligsentral, minigolf på Trondheim Camping, multisportsdag/sommerfest på Skistua og samosakurs på Saupstad Frivilligsentral. Disse arrangementene har vært veldig populære og vi ser mange som finner seg venner og har kontakt videre.

Sommerkurs for nybosatte flyktninger

I august gjennomførte Trondheim Røde Kors sommerkurs for nybosatte flyktninger i samarbeid med Trondheim kommune. Programmet gikk over 10 dager og hadde 40 påmeldte deltakere, med et gjennomsnitt på 34 deltakere til stede hver dag. I tillegg deltok rundt 15 frivillige daglig.

Gjennom to innholdsrike uker fikk deltakerne styrket språk og samfunnsforståelse gjennom Norsktraining, førstehjelpskurs og foredrag om økonomi, psykisk helse, norsk arbeidsliv og det å leve med flere kulturer. Kurset ble supplert av praktiske og kulturelle aktiviteter, blant annet besøk på Sverresborg museum og en kreativ workshop hos K.U.K.





Flyktningguide

Som frivillig møter man en nyankommen flyktning månedlig og bidrar med bl.a. språk og kulturforståelse. I 2025 har vi introdusert nye koblinger for hverandre. Flere av disse er familier som har feiret både bursdager og høytider sammen.

Vennefamilie

Som frivillig inkluderer man en enslig mindreårig flyktning i det familien din gjør til vanlig. Ungdommer uten familie i Trondheim har i 2025 møtt trygge voksenpersoner gjennom Røde Kors.

Fotballgruppa

Åpen fredagsaktivitet for ungdom mellom 15-25 år. På sommeren trenes det ute på kunstgressbane, og resten av året trenes det inne. Gruppa får også billetter til RBK-kamper på Lerkendal. Fotballgleden og iveren er stor blant både de frivillige og ungdommene.



Norsktrening

Skjer på Røde Kors-huset tre ganger i uken gjennom hele skoleåret. Norsktrening ved Trondheim Røde Kors gir deltakerne mulighet til å øve norsk i et trygt og sosialt miljø.

Sykkeltrening

Målgruppen for sykkeltreningen er voksne over 18 år som ønsker å lære seg å sykle. Våre besøkende viser stor aldersvariasjon, og de har alle til felles høy motivasjon, og mye mestring underveis.

Turgruppa til Topps

Det arrangeres tur annenhver helg gjennom hele året, både sommer og vinter. Turene varierer fra treningstur til familietur, overnattingstur og sopptur. Vi har et fantastisk samarbeid med Trondheims Turistforening og Løkkan frivilligsentral for å få til dette.

Felleskap og mangfold 2025

Frivilligtimer

900 Sommerkurs

88 Sykkeltrening

1 050 Vennefamilie

868 Turgruppa til topps

272 Fotballgruppa

1 912 Norsktrening



BARK

Barnas Røde Kors Lilleby

Også kjent som Supertirsdag, ble arrangert hver tirsdag ettermiddag i samarbeid med Redd Barna for 6. trinn ved Lilleby skole. Aktiviteten foregikk både på skolen og i gymsalen, og gjennom året fikk elevene prøve et bredt spekter av aktiviteter: besøk på Vitensenteret, kino og Arena Trondheim, Mesternes mester-lek, Mario Kart-turnering i gymsalen, påskeeggjakt, rebus i skolegården og mye mer.

Vårsemesteret 2025 hadde i gjennomsnitt 9 deltakere av totalt 25 påmeldte, fordelt på 17 tirsdager.

Samarbeidet med Lilleby skole og Supertirsdag ble avsluttet i juni 2025 grunnet endrede behov i

området og nye aktivitetstilbud for målgruppen, blant annet et utvidet fritidstilbud fra Lilleby Sportsklubb.

Selv om aktiviteten ble avviklet, står Supertirsdag igjen som et tiltak som skapte glede, fellesskap og gode opplevelser for mange barn – og som vi er stolte av å ha vært en del av.

Barnas Røde Kors Tempe

Tilbudet gir barn fra 1.-4. trinn som bor i Ola Frosts veg mulighet til å delta i varierte og trygge fritidsaktiviteter i nærmiljøet.

Vårsemesteret hadde gjennomsnittlig deltakelse på 8 av totalt 10 barn per gruppe på totalt 20 barn, og 5 av totalt 6 påmeldte barn så langt på høsten – etter sen oppstart pga. arbeid med nye og større aktivitetslokaler.

Gjennom året har barna fått prøve klatring på Grip Leangen, besøkt Leos Lekeland, spilt spill, lekt gjemsel, feiret Halloween med maskelaging og godteposer, hatt minikarneval og laget mye fint og kreativt rundt kjøkkenbordet.

Barna i BARK Tempe er blitt kjent for å "ikke ville hjem" når aktiviteten er over, og gjemmer seg fnisende bak skapdører og gardiner – et godt tegn på trivsel, tenker vi!

11	frivillige på BARK Lilleby
192	frivilligtimer på BARK Lilleby
12	frivillige på BARK Tempe
327	frivilligtimer på BARK Tempe

2025

Aktiviteter for barn på krisesenter

Krisesenteret drives av Trondheim kommune, og hver torsdag ettermiddag arrangerer frivillige fra Røde Kors hyggelige aktiviteter for barna som bor der.

Aktivitetene er tilpasset de barna som er på senteret, og både antallet og alderen på barna kan variere fra uke til uke. I løpet av 2025 har det blitt gjennomført en rekke varierte aktiviteter for barn tilknyttet krisesenteret. Blant aktivitetene kan nevnes besøk på Rush Trampolinepark, fotballspill, bowling, kreative verksteder med maling og perling, samt ulike lekaktiviteter som gjemsel og brettspill.

I samarbeid med Krisesenteret og Redd Barna arrangerte vi både et hyggelig sommertreff på Munkholmen og et stemningsfylt juleverksted før jul. Til sammen deltok over 100 barn, voksne og frivillige – et tydelig bevis på hvor viktig og samlende slike møteplasser er.



*Sjå kor fin dørkrans
jeg har laga, den skal
henge på døra vår*

Gutt 8 år

18 frivillige

320 frivilligtimer

2025

Fellesverket

2025 har vært et år der behovet for Fellesverket i Trondheim har blitt stadig tydeligere.

Fellesverket har faste aktiviteter med møteplass på mandager, onsdager og torsdager gjennom hele året. Her møtes ungdom for å bare være og henge sammen.

I «Det kreative hjørnet» settes det i gang ulike aktiviteter som maling og tegning. Musikkrommet er fullt av instrumenter og har også en karaokemaskin – et populært tilbud hvor mange ungdommer koser seg. Ellers går det mye i FIFA, bordtennis, biljard, fusbball og alle setter veldig stor pris på det varme måltidet som blir servert av kjøkkengruppa hver åpningsdag.

Kjøkkengruppa er en viktig del av Fellesverket sitt tilbud, her er det mange frivillige som må jobbe godt sammen for å servere over 100 måltider hver åpningsdag. Maten, råvarene, kommer hovedsakelig fra Matsentralen og man har ingen fast meny og forholde seg til, men må lage mat utfra hva man får tildelt den uka.

Ungdomstorget har også i 2025 vært et fast tilbud på Fellesverket, med aktiviteter hver mandag og onsdag. Tiltaket er et samarbeid mellom flere aktører, blant annet Nav Jobbhuset, SEIF, Uteseksjonen, Flyktningtjenesten og Oppfølgingstjenesten. Gjennom dette samarbeidet har flere ungdommer fått god oppfølging, deltatt på kurs og kommet videre i både skole- og jobbløp. Flere har også fått jobb som et resultat av oppfølgingen fra Ungdomstorget.

Som tidligere år ble det også arrangert Somerverket i månedene juni, juli og august. Dette er et viktig og etterspurt tilbud i sommerperioden, og sørger for positiv aktivitet når andre arenaer stenger dørene.





Tall 2025

4 450 unike deltagere

22 000 besøk

14 667 frivilligtimer

*Jeg fikk min første jobb
gjennom Fellesverket
og ungdomstorget.*

Sofia, deltager på Fellesverket



Tall 2025

20 frivillige

350 frivilligtimer

Familiesenter



Bordene bugner av kreative leker og spill, det dufter fra grytene på ovnen, og køen til ansiktsmalingen snor seg lang og forventningsfull. Foreldre og frivillige beveger seg rundt i lokalet, småprater og hjelper til der det trengs. Familiesenteret er rett og slett et utrolig trivelig sted å være!

I 2025 har vi blant annet hatt besøk av klovner fra The Flying Seagulls, hatt Halloween-fest, multisportdag ute i Bymarka, Lucia-fest, pepperkakeverksted og laget mye fint i kreativ formingsaktivitet!

Gjennomsnittlig deltakertall på Familiesenteret var 65 personer. Vi har hatt 716 unike deltakere innom i løpet av året, og disse består av både kjente og nye deltakere. Vår yngste deltaker var bare to uker gammel første gang hun besøkte oss, og nå er hun blitt 17 måneder!

Vi har fått høre at det er fint for familiene å ha et fast sted å være og få litt avlastning eller pause fra hverdagen, hvor barna kan leke innenfor trygge rammer. Det er ekstra stas å være frivillig når en møter takknemlige foreldre og barn som tør å prøve nye ting, får nye bekjenskaper og selv bidrar til at Familiesenteret blir et godt sted å være for alle!

Det beste med Familiesenteret er Piñata! Da kan jeg slå så hardt jeg vil!

Adam, 6år

Ski-VM



Hjelpekorpset i Trondheim Røde Kors deltok i beredskapen under Ski-VM i Granåsen og bidro med førstehjelpsressurser gjennom hele arrangementet. Planleggingen startet i god tid, og mange av de frivillige pauset både jobb og studier for å kunne bidra under mesterskapet. I tillegg til mannskaper fra Trondheim deltok også frivillige fra flere andre hjelpekorps i landet.

Den opprinnelige bestillingen fra arrangøren var på sju mannskaper til stede samtidig. Etter hvert som planleggingen gikk fremover vokste oppdraget i omfang, og på enkelte dager under mesterskapet var det opptil 30 mannskaper fra hjelpekorpset til stede samtidig for å ivareta beredskapen for publikum og arrangører.

Det ble etablert et vaktssystem med utskifting av mannskaper gjennom dagen for å håndtere de lange vaktene. På grunn av begrensede parkeringsmuligheter i Granåsen ble transporten organisert sentralt fra Røde Kors-huset på Nardo. Her var det opprettet et eget kjørekontor, bemannet av beredskapsvakter, som håndterte oppmøte, kontroll av bekledning og utstyr, samt transport til og fra vaktene.

Sanitetstjenesten under Ski-VM 2025 er det desidert største sanitetsoppdraget som er utført i regi av Røde Kors. Totalt ble det lagt ned rundt 2250 vakttimer i løpet av de 12 dagene mesterskapet varte.

Ski-VM ble dermed et stort og lærerikt oppdrag for hjelpekorpset, og understreker behovet for frivillig beredskap under store arrangementer.

Oppdragene vi løser gir en god følelse av å gjøre en forskjell.

Frivillig i hjelpekorpset, Helge Kværnø



91 frivillige
17 av disse fra tilreisende
hjelpekorps
3 650 frivilligtimer

2025



Sanitetsvakt



Trondheim Røde Kors hjelpekorps stiller på små og større arrangement der mannskapene er ansvarlige for førstehjelp, både for deltagere og publikum. Dette kan være alt fra konserter og festivaler til turneringer og andre idrettsarrangement, som Ski-VM.

Vårt største samarbeid i 2025 er fremdeles med Rosenborg fotballklubb. Her har våre mannskap stilt på 16 eliteseriekamper, 3 Conference League-kamper, 3 treningskamper for A-lag menn, 16 RBK 2 kamper, 2 kamper i UEFA Women Europa Cup, 16 kamper for RBK kvinner og 1 treningskamp for RBK kvinner. Til sammen 55 oppdrag for RBK.

I 2025 inngikk hjelpekorpsset også et større samarbeid med PCM, noe som har resultert i mange vakter på større konserter, festivaler og arrangement i Trondheim. Trondheim Rocks, NEON, Justin Timberlake, Åge Aleksandersen, Robbie Williams og Olabilløpet for å nevne noen.

Alle disse vaktene er inntektsbringende arbeid som gjør det mulig for hjelpekorpsset å holde utstyr og kompetanse vedlikeholdt og oppdatert til enhver tid.

241 sanitetsvakter
1 345 vakttimer
10 083 frivilligtimer inkludert Ski-VM



Beredskapsvakt

I 2025 ble beredskapsvaktaktiviteten reaktivert med et fast program for medlemsmøter gjennom høsten. Det ble arrangert både øvingskvelder og faglige foredrag, blant annet om Røde Kors' rolle i totalforsvaret, frivillighetens betydning i beredskap og Trondheim Røde Kors sitt bidrag i beredskapsforskning.

Møtene gjennom året er med på å bygge et trygt og kjent fellesskap som styrker innsatsen når hendelser oppstår. Interessen har vært god – et tydelig tegn på at beredskap engasjerer mange.

90 frivillige
210 frivilligtimer

Søk og redning

Tall 2025

26 søk og redningsaksjoner

27 henteoppdrag utenfor vei

10 ambulanseoppdrag på vei

750 frivilligtimer

70 080 frivilligtimer i døgnberedskap



Trondheim Røde Kors Hjelpekorps er en del av Norges største frivillige redningsorganisasjon og spiller en viktig rolle i den nasjonale redningstjenesten. Hjelpekorpsset støtter politiet og Hovedredningsentralen med lete- og redningsaksjoner gjennom hele året, og bistår også andre hjelpekorps i regionen når behovet oppstår.

Alltid beredt

I dag har Hjelpekorpsset i Trondheim rundt 160 operative medlemmer som slipper det de har i hendene og rykker ut på kort tid for å bistå. Leteaksjonene foregår både i by og utmark, mens henteoppdragene stort sett foregår utenfor allfarvei der ambulansene ikke kommer til. Det er til enhver tid et vaktlag på seks personer i beredskap. Fra vaktlaget får beskjed til de står klar med utstyr og kjører fra Røde Kors-huset på Nardo går det knapt 20 minutter.

Jevnlige kurs

De frivillige i hjelpekorpsset har en omfattende utdanning i førstehjelp, psykososial førstehjelp og metoder for ettersøking og redningsteknikk. Vi

kurser stadig flere aspiranter som finner seg godt til rette med resten av gjengen.

Vi opplever mye ny tilført kompetanse i 2025 og vaktlagene fungerer særs godt. I 2025 bidro TRKH på 26 søk og redningsaksjoner på oppdrag for politiet, vi ser at det er en økning i søk etter personer i forbindelse med psykisk uhelse. Det var 27 henteoppdrag fra AMK utenfor vei. Det er også en økning i ambulanseoppdrag på vei, med 10 oppdrag. Dermed ble til sammen 63 personer reddet.

Øvelser

I 2025 har de frivillige i hjelpekorpsset deltatt i over sju øvelser, blant annet Øvelse Godfot, «Kom mai du skjønne savnede» og en tverrfaglig søksøvelse i samarbeid med FORF Trøndelag. Det har også vært avholdt fagkvelder med fokus på sårstell og traumeforflytning, samt flere førstehjelpstreninger som forberedelse til Ski-VM.





Foto: Nils Kjenne i Fotral

RESILIAGE

RESILIAGE er et EU-finansiert Horisont Europa-prosjekt som skal styrke motstandsdyktige og bærekraftige lokalsamfunn gjennom kunnskap om lokal kulturarv.

Trondheim Røde Kors er vertskap for ett av fem europeiske CORE Labs og har gjennom 2024–2025 videreutviklet arbeidet innen forskningsområdet Helse og velvære. Her undersøker vi hvordan akutte hendelser påvirker fysisk og psykisk helse, og hvordan lokalsamfunn kan styrke beredskapen før, under og etter kriser.

I Trondheim er skred – særlig knyttet til kvikkleire – identifisert som hovedrisiko, med skog- og bybranner som øvrige farer. I 2025 deltok CORE Lab i RESILIAGEs samkartlegging og feltarbeid om kulturarv og samfunnsresiliens, dokumentert i prosjektets Co-Mapping-publikasjoner. Gjennom året samarbeidet vi tett med lokale

aktører som Trondheim kommune, nødetatene, Sivilforsvaret, Forsvaret, SINTEF, kulturmiljøer og frivillige i Røde Kors. Workshopene ga ny innsikt i hvordan lokal kultur og felles møteplasser bidrar til trygghet, risikoforståelse og bedre håndtering av uforutsette hendelser.

En viktig milepæl var deltakelsen på Forskningsdagene/Forskningstorget i september 2025, der over 1 500 besøkende fikk konkrete råd om beredskap, ekstremvær og lokalmiljøets ressurser. Dette styrket både prosjektets synlighet og Trondheim Røde Kors' rolle i samfunnsberedskap.

I 2025 bidro Trondheim CORE Lab også på flere europeiske arenaer hvor erfaringer fra Trondheim ble delt med europeiske beredskaps- og forskningsmiljøer.



Oppsummert har Trondheim CORE Lab i 2025:

- ▶ videreutviklet forskning om helse og psykososiale konsekvenser av kriser
- ▶ styrket samarbeid med nøkkelaktører innen beredskap, kultur og forskning
- ▶ kartlagt kulturarv som ressurs i risikohåndtering
- ▶ gjennomført workshops og aktiviteter som styrker lokal beredskap
- ▶ deltatt aktivt i europeiske forskningsarenaer
- ▶ møtt over tusen innbyggere og bidratt til økt bevissthet om samfunnsresiliens.

16 frivillige

205 frivilligtimer

2025

Erfaringene fra Resiliage har kommet tydelig til nytte i arbeidshverdagen min.

Deltager

RECITE

Trondheim Røde Kors deltar i forskningsprosjektet Resilient Citizenship, finansiert av Forskningsrådet. Målet er å utvikle kunnskap og praktiske løsninger som gjør samfunnet bedre rustet til å håndtere ekstremvær og andre krevende situasjoner.

Prosjektet ledes av NTNU Samfunnsforskning og samler partnere fra forskning, beredskap og frivillighet, blant annet NTNU, SINTEF, Oslo kommune, Region Östergötland og The Ohio State University. Trondheim Røde Kors bidrar med erfaring fra beredskap og frivillig mobilisering, og får samtidig tilgang til ny innsikt som styrker vårt arbeid lokalt.

Søknad ble skrevet i 2025, selve prosjektet har oppstart i januar 2026.





Besøkstjenesten

Besøkstjenesten har også i år vært en viktig møteplass for mennesker som trenger litt ekstra sosial støtte i hverdagen.

Besøksvenn

Gjennom hele året er det gjennomført fem besøksvennkurs og det er gjort 66 nye koblinger mellom frivillige og besøkssøkere. Ved årets slutt hadde tjenesten mottatt 98 henvendelser om ønsket besøksvenn, og 55 personer stod på venteliste – et tydelig tegn på et stort behov for denne typen tilbud.

Frivilligruppen har fått faglig påfyll gjennom fire temakvelder, blant annet om psykisk helse hos eldre og håndtering av krevende besøksituasjoner. Fadderordningen fungerer godt

og har fungert som støtte til nye besøksvenner i den første tiden som aktiv, og har dermed bidratt til en mer bærekraftig aktivitet.

Kaffekoppen – møteplass med lav terskel

Kaffekoppen har videreført sitt samarbeid med en lokal frivilligsentral og holdt aktiviteter på flere helse- og velferdssentre gjennom året. Noen avdelingstilpasninger ble gjort underveis for å sikre gode lokaler og stabilt besøk.

Her møtes gjester og frivillige for en kaffekopp og en prat – et enkelt, men viktig tiltak mot ensomhet.



Besøksvenn med hund

Interessen for besøksvenner med hund har vært økende. I 2025 gjennomførte 9 ekvipasjer kurs i Trondheim, og ytterligere 4 på Orkanger. Det ble gjort 3 nye koblinger med besøksmottakere. Det er også arrangert både triksekurs og hundetreff, noe som styrker samspillet mellom frivillige og hundene.

Hundebesøkene skaper trygghet, glede og gode øyeblikk – spesielt på helse- og velferdssentre.



Det er ikke alltid så store ting vi gjør. Men bare det at noen kommer på besøk, det betyr alt. Besøksvennen min har vært veldig viktig for meg.

Besøksvert Hilde



Besøkstjenesten 2025

110	besøksvenner
7 100	frivilligtimer
17	besøksvenner på Kaffekoppen
310	frivilligtimer
17	besøksvenner med hund
474	frivilligtimer

BUA Leangen

Hos BUA Leangen gjør Trondheim Røde Kors det enkelt å være aktiv. Vi tilbyr gratis utlån av sport- og friluftsutstyr, primært for barn og unge, men tilgjengelig for alle. Ved utgangen av året hadde vi 2 097 utstyrsenheter til utlån – blant annet telt, ski, snowboard, skøyter, soveposer og annet turutstyr.

Gjennom året har vi deltatt på flere arrangementer for å synliggjøre tilbudet og nå nye brukere, blant annet Finn Fram Fest, Trondheimsporten (TROVO), «Hele Norge båler» og markering av Røde Kors-dagen. Vi har også tatt imot besøk fra blant annet Flyktningeenheten og grupper fra TROVO for omvisning og informasjon.

BUA Leangen har etablert samarbeid med Buran bibliotek om en «mini-BUA» i bibliotekets lokaler. Her kan nærmiljøet låne blant annet skøyter, hjelmer og sparkesykler. Plasseringen ved aktivitetspark gjør det enkelt å ta utstyret i bruk umiddelbart, og tiltaket bidrar til aktivitet, inkludering og bærekraft.

For å styrke frivilligmiljøet har vi arrangert to sosiale samlinger i løpet av året. I tillegg har XXL holdt kurs i innstilling av alpinski, noe som har bidratt til økt kvalitet og trygghet i utlansarbeidet.

Tall 2025

13 550	utlån
1 760	unike lånere
21	frivillige
915	frivilligtimer



Treffpunkt Jentegruppe

Treffpunkt Jentegruppe er et trygt og inkluderende møtested for jenter mellom 18 og 30 år. Tilbudet er rusfritt, gratis og lavterskel, og har som mål å skape et sosialt fellesskap hvor deltakerne kan møte andre, bygge nettverk og oppleve mestring i et uformelt miljø.

Gruppen møtes én tirsdag i måneden, fra kl. 18.00 til 20.00, i Fellesverkets lokaler i sentrum. Hver samling har en planlagt aktivitet, som kan variere fra matlaging og spillkvelder til kreative workshops og andre sosiale aktiviteter. Målet er å gi deltakerne et hyggelig pusterom i hverdagen og et sted hvor de kan være seg selv.

Treffpunkt Jentegruppe har gjennom året arrangert en rekke varierte samlinger, med påmelding til hvert arrangement. Deltakerne har blant annet vært med på speed-friending, tur langs Ladestien, brettspill- og quizkveld,

dialogaktivitet i samarbeid med Amnesty International, strikke- og vaffelkveld samt pepperkakebaking. I tillegg er det gjort et målrettet arbeid med å nå ut til nye deltakere gjennom informasjonsmateriell på NTNU-campusene og rekruttering på Fellesverket. Tilbudet har vært med på å skape et nytt, inkluderende og sosialt fellesskap for unge kvinner i byen.

10 frivillige

100 frivilligtimer

2025



Foto: Amalida Schröder

18 frivillige visitorer

1 600 frivilligtimer

2025

Visitor

I løpet av 2025 har visitortjenesten gjennomført en rekke aktiviteter og arrangementer som har bidratt til økt trivsel og fellesskap for de innsatte. Året har vært preget av jevn tilstedeværelse, gode møter og viktige kulturelle opplevelser. Vinteren 2025 ble det arrangert vaffelsteiking på sju avdelinger fordelt over to uker. På sensommeren inviterte visitorene de innsatte til grillfest i luftegården. Høsten fortsatte i samme gode spor, med ny runde vaffelsteiking på sju avdelinger over to uker.

I løpet av året ble det også gjennomført to hyggekvelder med servering av pizza, brus, sjokolade og kaffe. Hyggekveldene bød i tillegg på levende musikk, noe som ble svært godt mottatt. I desember arrangerte vi årets største begivenhet i fengselet – julekonsert med Ole Dalen med gjester. Totalt deltok 80 innsatte, sammen med ansatte, artister og visitorer.

På selveste julaften var visitorene til stede i fengselet for å dele ut godteriposer, og det var god tid til både samtale og en kaffekopp. I tillegg til aktivitetene for innsatte, ble det gjennomført to medlemsmøter i løpet av året, samt en temakveld i samarbeid med Nettverk etter soning. Visitorene deltok også på et foredrag med Randi Rosenqvist i august.

2025 har vært et år med høy aktivitet, godt samarbeid og mange fine møter. Visitortjenesten står støtt i sitt arbeid for å skape trygge, meningsfulle og varme øyeblikk for både innsatte og frivillige.

Vitnestøtte

Å skulle vitne i retten kan oppleves både skummelt og ubehagelig. Vitnestøttene er til stede for å gjøre situasjonen tryggere – de svarer på spørsmål, gir veiledning og tilbyr praktisk støtte både før, under og etter rettsaken.

Siden oppstarten i 2019 har vitnestøttene vært til stede hver eneste uke for å støtte vitner i både straffesaker og sivile saker, ved både Trøndelag tingrett og Frostating lagmannsrett. Samarbeidet med domstolene er godt, og vitnestøttetjenesten blir verdsatt som et viktig bidrag til å ivareta vitner på en trygg og respektfull måte.

Et trygt vitne, er et godt vitne.

Vitnestøtte, Marit Gladsøy



28 vitnestøtter har bistått

668 vitner

1 591 frivilligtimer

2025



Gatemebling

I 2025 har Gatemebling hatt et tydelig fokus på å styrke samarbeid med sentrale aktører som videregående og grunnskoler, NAV, uteseksjonen, kommunen, fritidsklubber, SLT, andre frivillige organisasjoner, asylmottak og NTNU.

Gatemebling gjennomførte 5 konfliktverksteder med totalt 61 deltakere, samt 24 miniverksteder der til sammen 298 ungdommer deltok. Gjennom disse aktivitetene har ungdom fått trene på å stoppe opp, kjenne igjen egne reaksjoner og reflektere over hvordan de snakker både til seg selv og andre. Verkstedene gir konkret opplæring i å velge ord fremfor vold, forstå ulike perspektiver og finne trygge, fredelige måter å løse konflikter på. Slik bidrar Gatemebling til at ungdom utvikler bedre selvledelse, styrker relasjonene sine og får verktøy de kan bruke i hverdagen når situasjoner blir krevende.

Europarådet

Gatemebling deltok også på et møte arrangert av Stortingets delegasjon til Europarådets parlamentarikerforsamling (PACE), der temaet var sosial inkludering i skolen. Under møtet fikk vi presentert hvordan Gatemebling arbeider med konflikthåndtering blant ungdom, og hvordan metodikken kan bidra til tryggere og mer inkluderende skolemiljøer. Deltakelsen ga verdifull synlighet og inspirasjon til PACE sitt pågående arbeid med rapporten om inkluderende utdanning og demokratiske verdier.

De blir mer bevisst på seg selv, og andre i konflikter. De får verktøy som hjelper dem å løse konflikter.

Anette, lærer videregående

9 frivillige
300 frivilligtimer

2025

Funkinn

Funkinn er et nytt samarbeidsprosjekt i Trondheim Røde Kors, finansiert av SpareBank 1 SMN og Trondhjems Arbeiderforening. Prosjektet ble etablert i 2025 og har som mål å skape trygge og inkluderende sosiale møteplasser for unge voksne på tvers av funksjonalitet, med særlig vekt på unge voksne med kognitive funksjonsvariasjoner.

Funkinn skal motvirke utenforskap og styrke tilhørighet gjennom lavterskel sosiale aktiviteter – og å skape møteplasser der interesser og fellesskap, ikke funksjonsnivå, står i sentrum.

2025 har vært et oppstartsår, med hovedvekt på etablering, relasjonsbygging og rekruttering av frivillige. De frivillige har brukt tid på planlegging av aktiviteter, kompetansebygging, utvikling av inkluderende rammer for deltakelse og aktivt

5 frivillige

27 frivilligtimer

relasjonsarbeid ut mot målgruppen. En viktig del av arbeidet har vært å gjøre prosjektet kjent og bygge tillit i relevante miljøer.

Prosjektet har i løpet av året jobbet seg inn hos flere samarbeidspartnere. Gjennom dialog, informasjonsmøter og tilstedeværelse har vi blitt bedre kjent med både ansatte og beboere, og lagt grunnlag for videre samarbeid og deltakelse i 2026.

Året ble avsluttet med en felles kinoforestilling, som samlet deltakere og frivillige til en sosial og inkluderende møteplass. Arrangementet fungerte både som en lavterskel aktivitet og som en viktig arena for å styrke fellesskap og relasjoner inn i det videre arbeidet.



Foto: Fabiola Torp Herfjord



Mentorfamilie

Mentorfamilie har som formål å gi et trygt pusterom for personer som har vært utsatt for negativ sosial kontroll og æresrelatert vold.

Gjennom koblingsaktiviteter arbeider vi for å forebygge ensomhet, styrke deltakernes opplevelse av mestring og bidra til at de får bygge trygge sosiale nettverk – og ikke minst oppleve å bli sett og hørt som mennesker.

I 2025 gjennomførte vi en rekke aktiviteter som "Hundekos og lunsj" ved Østbyen Frivilligsentral, minigolf, multisportsdag og sommerfest på Skistua, samt samosakurs på Saupstad Frivilligsentral. Aktivitetene har som mål å vise frem byen vår, skape tilhørighet og introdusere deltakerne for lavterskeltilbud de kan benytte

seg av også på egen hånd. I løpet av året har koblingene også hatt glede av gratis billetter til RBK-kamper og minigolf, noe som har gitt flere gode felles opplevelser.

11 aktive koblinger

880 frivilligtimer

2025



I september 2025 etablerte Trondheim Røde Kors Veipunkt – støtte og veiledning ved negativ sosial kontroll og æresmotivert vold, et nytt lavterskel samtaletilbud som kom i gang i årets siste kvartal. Tilbudet skal gi råd og veiledning både til personer som opplever utfordringer selv og til ansatte i hjelpeapparatet som søker faglig støtte.

Navnet «Veipunkt» symboliserer et sted der man kan stoppe opp, orientere seg og vurdere nye retninger videre. Gjennom drop-in samtaler får besøkende mulighet til å dele bekymringer eller erfaringer i trygge rammer, og sammen utforske handlingsvalg og veier videre.

Fremover vil Veipunkt styrke sin synlighet, bygge relasjoner i fagmiljøet og etablere solide samarbeidsstrukturer slik at flere får tilgang til et trygt og kompetent støtte- og veiledningstilbud.



Prima

Trondheim Røde Kors eier 40 % av Prima-konsernet. Samarbeidet er preget av felles verdier og et langsiktig engasjement for å skape et mer inkluderende samfunn. Partnerskapet bidrar til styrket gjennomføringsevne og samfunnsnyttig utvikling. 2025 har vært et år preget av utvikling, godt samarbeid og solide resultater på tvers av Prima-konsernet. Prima har styrket sin rolle som en viktig aktør innen arbeidsinkludering i regionen, og bidratt til at flere mennesker får muligheter, mestring og retning i arbeidslivet. Samtidig har konsernet videreutviklet strategien og lagt et godt grunnlag for de kommende årene.

Utdanningsdagen 2025

En dag som samlet deltakere, samarbeidspartnere og fagmiljøer til en dag med fokus på kompetanse, læring og veier inn i arbeidslivet. Med bidrag fra blant annet NTNU og Trøndelag fylkeskommune fikk deltakerne oppdatert informasjon om frafallsforebygging, karriereveier, realkompetansevurdering og muligheter for fagbrev og videre utdanning. Arrangementet fungerte som en viktig møteplass mellom akademia, praksisfeltet og arbeidslivet – og bidro til økt forståelse for veier videre for både unge og voksne.

Fabelaktig Fredag Trondheim

Ble for aller første gang arrangert i Trondheim i 2025, og responsen var stor. Nesten 1000 jobbsøkere og over 30 arbeidsgivere deltok og dagen inneholdt både inspirerende foredrag, stands og en faglig arena for virksomheter som ønsker å

styrke sitt inkluderingsarbeid. Det brede samarbeidet mellom offentlige og private aktører viste tydelig hva som er mulig når flere jobber sammen for et mer inkluderende arbeidsliv.

Tall 2025

1 800	personer har fullført tiltak og mottatt veiledning videre
444	personer har fått lønnet arbeid etter gjennomført tiltak
127	personer har startet på utdanning

Pantelotteriet

Litt pant? En stor forskjell!

Jeg er ofte i butikken som alle andre. Noen ganger med en pose tomflasker i hånda, litt småstressa etter jobb, og med handlelista halvveis glemt i lomma. Så kommer det øyeblikket ved panteautomaten. Du vet - når maskinen summer ferdig, og du får valget: Ta pengene selv, eller gi dem til Pantelotteriet. Jeg må innrømme at jeg fortsatt synes det er veldig fint hver gang jeg ser folk trykke på Pantelotteriet-knappen!

For oss i Trondheim Røde Kors er dette nemlig ikke bare pant. Det er varme måltider på Fellesverket, det er aktiviteter for barn og unge, besøk til mennesker som føler seg alene, utstyr man kan låne gratis på BUA for å delta i aktiviteter, noen som leter etter den som er i vanskeligheter - kort sagt: Frivillige som kan være der når noen trenger det litt ekstra.

Det er lett å tenke at en tom flaske ikke betyr så mye. Men når tusenvis av mennesker i Trondheim gjør det samme lille valget, blir det jo til noe stort. Da blir små mynter til ekte hjelp i nærmiljøet vårt. Og så skal vi ikke undervurdere den lille spenningen heller. Det er jo tross alt et lotteri. Jeg har møtt folk som har sagt: "Jeg pantet egentlig bare to bokser, og plutselig vant jeg!" Det er ikke hverdagskost. Men for oss er den største gevinsten noe helt annet. Det er alle dere som velger å gi panten videre.



Så fra oss i Trondheim Røde Kors: Tusen takk. Takk til deg som trykker på Pantelotteriet-knappen. Takk for at du gjør en liten ting som betyr mye for andre.

Neste gang du står ved panteautomaten, håper jeg du tenker på at flasken i hånda faktisk kan bli til litt mer varme i byen vår. Og det er ganske fint, egentlig.

Tusen takk!

Marita H. Fossen
Daglig leder, Trondheim Røde Kors

Samarbeidspartnere

Trondheim Røde Kors har et tydelig mandat: å forebygge og lindre nød, styrke menneskers livskvalitet og bidra til trygge og inkluderende lokalsamfunn. For å lykkes med dette er samarbeid med næringslivet avgjørende. Sammen med lokale bedrifter skaper vi løsninger som gir reell samfunnsverdi – både for menneskene vi når ut til, og for virksomhetene som engasjerer seg.

Trondheim Røde Kors ønsker å være en brobygger mellom mennesker, behov og ressurser. Sammen med næringslivet skaper vi mer enn gode intensjoner – vi skaper varig endring.



Samarbeidspartnere 2025

IKEA Leangen, Sit, Toyota Material Handling Norway, Trondheim kommune, Redd Barna, NAV, Pizzabakeren, Coca Cola, Celero, Sparebank 1 SMN, Trondhjems Arbeiderforening, Matsentralen, Trondhjems Turistforening, St.Olavs Hospital HF, Prima AS, Sintef, NTNU Samfunnsforskning, Rydning Eiendom, Frost Eiendom, Goman, Domstein, Frøy, Trondheim Catering, Scandic Lerkendal, Trondheim Camping, Østbyen frivilligsentral, Saupstad frivilligsentral, Trondheim Skiklubb, NAKU, Rosenborg Ballklub.

Tusen takk, vi gleder oss til 2026!



Øvelse Godfot: Øvelse Godfot ga verdifull trening i krevende gaupeterreng og på Selbusjøen. Sammen med Norsk Luftambulans og flere frivillige fra Surnadal Røde Kors trente vi på sjø- og landredning, tauredning og søk.



Treffpunkt jentegruppe: En aktivitet hvor mange finner seg godt til rette. I november arrangerte de strikkeaften og spiste nystekte vafler på Fellesverket.

Noen høydepu



Vi møtte St.Giles: En britisk organisasjon som jobber med å hjelpe mennesker med bakgrunn fra kriminalitet, rus, fattigdom eller utenforskap til å bygge nye liv gjennom støtte, opplæring og arbeidserfaring. Sammen utvekslet vi erfaringer og betydningen av lived experience – både i jobb og frivillig arbeid.



Human-Etisk Forbund: Det ble gode diskusjoner da vi utfordret Human-Etisk Forbund. Diskusjonene gikk på hva gjør du om du mister strømmen i 7 dager.



Sommerkurs: Tradisjonen tro arrangerte vi også i år sommerkurs for nybosatte flyktninger. I løpet av to innholdsrike uker blir deltakerne kjent med byen, øver på språket og får et godt innblikk i norsk samfunnsliv – godt støttet av mange engasjerte frivillige.



Trondheim Røde Kors på Åpen brannstasjon: – Vellykket stand! Litt egenberedskap for de voksne, men mye førstehjelp fra de yngste besøkende, sier Margit Hermundsgård, aktivitetsleder for våre beredskapsvakter.

nkter fra 2025



1 MILLION KRONER fra SpareBank 1 SMN
Samfunnsutbytte: Gleden var stor da vi i januar mottok denne store sjekken. Slike midler hjelper oss å opprettholde tilbudene og for å sikre hjelp til enda flere ungdommer som kommer til oss.



Sanitetsvakter: Over 25 000 publikummere fylte Lerkendal tre dager på rad for å ta et siste farvel med Åge Aleksandersen og Sambandet. Samtidig sørget Trondheim Røde Kors Hjelpekorps og PCM Security for trygge publikummere gjennom hele helga.



Røde Kors Trondheim

2025