

Årsmelding 2025



Innhold

03	Styreleders forord
04	Lokalstyret, lokalråd og æresbevisninger
05	Utvalg, ressursgrupper og valgkomiteen
06	Styrets årsberetning
08	Kort fra året 2025 i Tromsø Røde Kors
10	Nøkkeltall frivillighet og medlemskap
12	Aktivitetsrapport Omsorg – Sosial inkludering
14	Aktivitetsrapport Omsorg – Oppvekst
16	Aktivitetsrapport Omsorg – Migrasjon
18	Aktivitetsrapport Hjelpekorpset
20	Aktivitetsrapport Frivilligsentralen
22	Aktivitetsrapport Ungdom
23	Tromsø Røde Kors og FNs bærekraftsmål

Foto på forsiden: Frivillige og deltakere i Turgruppa i Tromsø Røde Kors
Fotograf: Pia Hellmann Huus/ frivillig i Turgruppa

Styreleders forord

Stor takk til dere alle for innsatsen i 2025!

Verdien av frivillig innsats i samfunnet er i noen grad underkommunisert, men er etter mitt syn viktigere for samfunnet enn noen gang. I nyttårstalen sa Kongen følgende: «Det mest behagelige er kanskje å sitte hjemme og regne med at andre skal ordne opp, men det holder ikke. Pilen peker på hver og en av oss. For hver og en betyr noe. Uansett hva du måtte streve med: Det er behov for akkurat deg.» Og i statsministerens nyttårstale var fred, frihet og trygghet sentrale tema. Tromsø Røde Kors bidrar godt til mye av det både Kongen og statsministeren var opptatt av i sine taler.

Frivillig sektor er beredskap

Folketallet i nord har lenge vokst langt saktere enn landet for øvrig. I Tromsø blir det over 250 % flere personer over 80 år fram mot 2050. Vi trenger fellesskapet og frivillig innsats fra både unge og eldre.

Vi har stadig ventelister for besøksvenner, og Visitortjenesten har hatt suksess med aktiviteten «Visitor med hund» i fengselet. Hjelpekorpsset hadde sin første utrykning med den nye beredskapsambulansen og har vist bredden av Røde Kors som beredskapsaktør. I høst besøkte beredskapssjefen i Norges Røde Kors oss og oppfordret til arbeid med «organisatorisk egenberedskap». Dette må vi løfte videre.

Røde Kors – en stolt organisasjon

Ved inngangen til 2026 markerte Hjelpekorpsset 75 år, med en historie preget av betydelig frivillig innsats. Vår viktigste beredskapsressurs står alltid klar med høy kompetanse og godt utstyr.

Av våre 602 frivillige tilhører om lag en tredjedel Hjelpekorpsset, men like viktig innsats skjer i omsorgsaktivitetene våre, som støtter unge, eldre, innvandrere og sårbare grupper i samfunnet vårt. På nyåret startet vi en språkkafé på Sydspissen. Det viser at det tenkes nytt og innovativt. En ung frivillig fortalte om sin motivasjon for å være flyktningguide: «Jeg får så mye tilbake ved å hjelpe andre.» Slike utsagn gjør inntrykk.

Vi kan være stolte av at organisasjonen igjen skårer høyest i Ipsos' omdømmemåling for 2025. Det viser at det er behov for oss – og for deg!

Veien videre

Arbeidet med Røde Kors-huset er krevende og vil fortsatt kreve vår oppmerksomhet. Det samme gjelder Fellesverket og framtida for aktivitetene der, hvor vi har tett dialog med Tromsø kommune. I løpet av året skal vi også få på plass en ny avtale om beredskapssamarbeid med kommunen.

Mitt første år som styreleder

Jeg er stolt av å være del av en organisasjon med sterkt omdømme og imponerende bredde. Det overrasket meg å se at Tromsø Røde Kors driver hele 26 aktiviteter. Tilliten i samfunnet inspirerer.

Takk for 2025, og lykke til i 2026!

Bård Magne Pedersen
Lokalforeningsleder i Tromsø Røde Kors



Lokalstyret, lokalråd og æresbevisninger

Lokalstyret i Tromsø Røde Kors	
Leder	Bård Magne Pedersen
Nestleder	Øyvind Pallesen
Styremedlem	Robert Isaksen
Styremedlem	Eirin Rødseth
Styremedlem	Sondre Førde Hjelmvoll
Styremedlem	Jørn Ove Olsen
Varamedlem	Tor André Skjelbakken (æresmedlem)
Varamedlem	Hilde Dybwad
Representant fra Omsorg	Kelly Then
Vararepresentant fra Omsorg	Eli Johanne Carstens
Representant fra lokalråd Hjelpekorps	Simon Johannes Møllebakken (leder Hjelpekorpsset)
Representant fra lokalråd Ungdom	Noah Amadeus Guttormsen (leder Ungdom)

Lokalråd Hjelpekorps	Lokalråd Ungdom
Simon Johannes Møllebakken	Noah Amadeus Guttormsen
Richard Skogheim	Solveig Therese Lakseide
Jan Rikard Aas	Rosa Karlsen
Trond Robertsen	
Manuel Karl Langer	
Mariann Skog	

Æresmedlemmer i Tromsø Røde Kors	
Tor André Skjelbakken	20. mars 2025

Æresbevisninger tildelt frivillige i Tromsø Røde Kors i 2025	
Æresmedlem i Tromsø Røde Kors	Tor André Skjelbakken
Norges Røde Kors Fortjenestediplom med nål	Tove Forsdahl

Utvalg, ressursgrupper og valgkomiteen

Beredskapsutvalget	Ressursgruppe Frivilligsentralen
Marianne Cecilie Midtgård	Anni Skogmann
Eirin Rødseth	Alf Furu
Bjørnar Fyhn	John Sverre Erikstad
Ida Wiik	
Ann-Sissel Karlsen	

Arbeidsutvalg for Fremtidens Røde Kors-hus	Valgkomiteen
Sondre Hjelmevoll	Audhild Høyem
Øyvind Pallesen	Heidi Johansen
Kjersti Bakken	Gunn Marit Schultz
Bjørnar Fyhn	Mona Hassfjord

Videre er 29 frivillige representert i ressursgrupper for Besøktstjenesten, Migrasjon og Fellesverket.



Styrets årsberetning

Aktiviteter

Tromsø Røde Kors driver til sammen 26 aktiviteter, herunder Hjelpekorpsset, aktiviteter for barn og unge, eldre, innvandrere og andre utsatte grupper i samfunnet.

I 2025 startet vi opp to nye aktiviteter: Vaffelkafeen på Heracleum og Ettermiddagstreffet på Sør-Tromsøya sykehjem. Nytt for året er at Hjelpekorpsset har fått beredskapsambulansen i drift. Det er utdannet elleve frivillige mannskaper som kan bemanne ambulansen.

Medlemmer og frivillige

Per 31.12.2025:

Antall medlemmer: 2084 (2254 medlemmer i 2024)

Antall frivillige: 602 (579 frivillige i 2024)

Opplæring

Lokalforeningen prioriterer opplæring av våre frivillige. I år gjennomførte vi ti startkurs og hadde 102 kursdeltakere. I tillegg arrangerte vi spesialkurs for frivillige innen aktiviteter som Hjelpekorpsset, Besøktjenesten, Gatemegling, Visitortjenesten og Nettverk etter soning m.m. Instruktørene for kursene er i hovedsak våre frivillige og ansatte.

Styret og organisasjonen

Lokalstyret har i 2025 avholdt syv styremøter på Røde Kors-huset og behandlet 86 saker. På årsmøtet i 2025 ble Tor André Skjelbakken utnevnt til foreningens første æresmedlem. Lokalforeningen har to lokaleråd: Hjelpekorpsset og Ungdom, hvor medlemmer velges på årlige valgmøter. Omsorg har ikke eget lokaleråd, men har valgmøte hvor styrerepresentant og vara velges. Lokaleråd Ungdom har ikke vært i aktivitet i 2025.

Tromsø Røde Kors drifter en frivilligsentral, som har eget mandat, egne ansatte og ressursgruppe.

Andre aktiviteter

Vi har i løpet av året deltatt på fire stands og kampanjer: StudEXPO (UiT), Frivillighet i sentrum,



Forskningsdagene og Verdensdagen for psykisk helse.

Vi inviterte alle våre frivillige til sommeravslutning på Røde Kors-huset og juleavslutning i Rødbanken, hvor ca. 100 frivillige deltok på hvert av arrangementene.

Frivillige har gjennomført fire helger med dekk-sjift til inntekt for Hjelpekorpsset.

I april ble det nordiske Røde Kors-møtet avholdt i Tromsø, og foreningen fikk besøk av nordiske presidenter og generalsekretærer.

I desember hadde vi statsråd Jan Christian Vestre på besøk.

Beredskap

Lokalforeningen har et beredskapsutvalg. I år har vi arbeidet med en ny beredskapsavtale med Tromsø kommune, sammen med Norsk Folkehjelp Tromsø og Norske Kvinners Sanitetsforening.

I forbindelse med besøk av Sverre Bakkeli, beredskapssjef i Norges Røde Kors, arrangerte vi et dialogmøte med deltakere fra bl.a. Tromsø kommune, Sivilforsvaret, UiT og Statsforvalteren m.fl.



Lokaler

Tromsø Røde Kors eier lokaler i Jonas Lies gt. 31. Huset brukes til kontorlokaler, garasje for Hjelpekorpsset, møtevirksomhet og aktivitetslokaler. Huset er nedslitt, og styret har nedsatt en arbeidsgruppe som skal redegjøre for og legge fram forslag til framtidens Røde Kors-hus.

Tromsø Røde Kors eier også en hytte på Svarthammaren. Den er bygd og blir ivaretatt på dugnad av Hjelpekorpsset. Hytta har store renoveringsbehov som gjør at bruken er sterkt begrenset.

Tromsø Røde Kors leier lokaler i Kaigata 5 av Realinvest AS for Fellesverket. Lokalet brukes til våre ungdomstilbud og kontorplass for ansatte.

Hjelpekorpsset leier noe garasjeplass eksternt på Stakkevollan hos Bjørn Eiendom AS.

Administrasjonen

Per desember 2025 hadde organisasjonen 12,1 årsverk. Én av stillingene er en prosjektstilling, og øvrige er fast ansatte. Én av de ansatte jobber med Visitortjenesten i region nord. Daglig leder er Kari Lydersen. De ansatte er ansatt i Norges Røde Kors, utlånt til og betalt av lokalforeningen. Stillingene er i hovedsak finansiert av eksterne tilskudd og støtteordninger. Vi har i tillegg flere innleide instruktører som gjør oppdrag som førstehjelpsinstruktører.

Arbeidsmiljø, ytre miljø og likestilling

Foreningens styre har åtte mannlige og tre kvinnelige medlemmer. Administrasjonen består av ti kvinner og tre menn. Arbeidsmiljøet anses som godt. Foreningen driver ikke virksomhet som forurenser det ytre miljø.

Kommentarer til regnskapet

Tromsø Røde Kors bruker Dreyer Økonomi AS som regnskapsfører. Revisjonen utføres av Revisorkompaniet Tromsø. I samsvar med regnskapsloven § 3-3a bekreftes det at forutsetningene for fortsatt drift er til stede. Foreningen er i en sunn økonomisk og finansiell stilling.

Styret mener at årsregnskapet gir et riktig bilde av foreningens eiendeler, gjeld, finansielle stilling og resultat. Årsregnskapet viser et overskudd på kr 589 231. Styret anbefaler at overskuddet overføres til egenkapitalen. Egenkapitalen per 31.12.2025 er på kr 11 460 572. Ved årsskiftet har Tromsø Røde Kors kr 9,3 mill. plassert på høyrentekontoer i Sparebanken Nord-Norge. Lokalforeningen har ingen lån.

Avslutning

Styret takker alle våre frivillige og ansatte for den fine innsatsen som er gjort i året som har gått. Uten dere kunne vi ikke ha bidratt på samme måte for dem som trenger oss.

Styrets årsberetning ble godkjent av styret på styremøtet 19. februar 2026.

Kort fra året 2025 i Tromsø Røde Kors

Januar

Nytt beredskapsutvalg og oppdatert mandat på plass. Utvalget har hatt jevnlige møter gjennom året for å styrke beredskapsevnen



Februar

Fellesverket vårt fikk besøk av president i Norges Røde Kors, Siri Hatlen, og representanter fra distriktsstyret i Troms



Mars

Tre personer ble tatt av skred ved Pollfjelltunnelen. Tromsø Røde Kors Hjelpekorps støttet Hjelpekorpsset i Lyngen og politiet med skredledere og drone



April

Det nordiske Røde Kors-møtet ble holdt i Tromsø i 2025, og vi fikk besøk av presidenter og generalsekretærer fra hele Norden



Mai

Migrasjonssamlingen til Norges Røde Kors ble i 2025 holdt i Tromsø. Her møtte 69 deltakere fra 35 lokalforeninger og distriktskontor



Juni

Hjelpekorpsset øvde med CHC Helikopter Service på et felles aksjonsstøttesystem som styrker ressursstyring og situasjonsforståelse under aksjoner



Juli

Fellesverket holdt åpent hele sommeren, slik at ungdom i byen vår hadde et trygt og inkluderende tilbud gjennom ferien



August

Temasamlingen til Medkvinner handlet om demokrati og valg for å øke valgdeltakelsen i innvandremiljøene før høstens valg



September

Frivilligsentralen vår var medarrangør av 'Frivillighet i sentrum', der 60 foreninger deltok



Oktober

Frivillige fra lokalforeninga vår stilte på stand på Trygghets- og beredskapsdagen



November

I 2025 startet Gatemeglingen et samarbeid med Tromsø fengsel, hvor to innsatte deltok på verksteder om dialog, megling og konflikthåndtering



Desember

Statsråd Jan Christian Vestre besøkte oss for å lære om eldreaktivitetene våre og få innspill til hvordan Norge kan styrke eldrekraften framover



Nøkkeltall frivillighet og medlemskap

Nye frivillige

I 2025 meldte 367 personer seg som nye frivillige i Tromsø Røde Kors. Av disse gikk 204 videre i frivillighetsreisen ved å velge en aktivitet.

Nær 15 % av dem som velger en aktivitet, oppgir at de foretrekker å kommunisere på engelsk. Andelen som foretrekker engelskspråklig kommunikasjon, tyder på et mangfold i frivilligruppa vår.

Lokalforeningen prioriterer opplæring av våre frivillige. I år gjennomførte vi ti startkurs for nye frivillige med til sammen 102 kursdeltakere.



Aktive frivillige

Ved utgangen av 2025 hadde Tromsø Røde Kors 602 aktive frivillige, noe som representerer en liten økning fra året før. Vi gjør oppmerksom på at enkelte feiltellinger og registreringsavvik kan forekomme, men utviklingen synes å gå i riktig retning.

Lokalforeningen vår hadde 26 aktiviteter i 2025. Hjelpekorpsset er fortsatt vår største aktivitet, etterfulgt av Besøktstjenesten og Arrangement på sykehjem.

Frivilligmassen vår består av 65 % kvinner og 35 % menn, og den gjennomsnittlige alderen blant frivillige er 44 år.

Medlemmer

Ved utgangen av 2025 hadde Tromsø Røde Kors 2 084 registrerte medlemmer.

Dette er en liten nedgang sammenlignet med året før. Nedgangen skyldes trolig redusert bemanning hos feltselgerne i Norges Røde Kors, som har ansvar for medlems- og giververving i Tromsø.

Hjelpekorpsset,
Besøktstjenesten og Arrangement
på sykehjem er våre tre største
aktiviteter





Røde Kors til topps i omdømmemåling

Norges Røde Kors gikk helt til topps i alle kategorier i Ipsos sin omdømmemåling for 2025: totalinntrykk, samfunnsansvar, økonomisk styring og ledelse, synlighet og gjennomslagsevne, samt handlekraft.

Røde Kors ligger ofte i toppsjiktet, men i år fikk organisasjonen vår toppscore i samtlige kategorier. Det gjør oss til den humanitære organisasjonen med best omdømme i Norge – en sterk anerkjennelse av innsatsen til frivillige over hele landet.

–Hun [den frivillige] har endret livet mitt. En dag skulle jeg søke jobb (...) og var usikker på hvordan jeg skulle gjøre det. Hun hjalp meg med å skrive søknad og CV (...) Jeg fikk jobb, og nå jobber jeg fulltid. Livet mitt har forandret seg en million grader. Jeg fikk jobb i hjemmetjenesten og senere også på UNN. Jeg har utviklet norskspråket mitt, og jeg har lært mange gode ting. Livet mitt er mye bedre nå.

Ved utgangen av året hadde Tromsø Røde Kors 602 aktive frivillige og 2084 medlemmer

Besøkende (20 år) på Fellesverket, opprinnelig fra Syria



Aktivitetsrapport Omsorg – Sosial inkludering

Besøkstjenesten

Besøkstjenesten forebygger ensomhet ved å legge til rette for gode møter mellom mennesker over 18 år, enten i private hjem eller på institusjon. Noen besøksvenner har også godkjente besøkshund med på besøk.

Besøkstjenesten har hatt en positiv utvikling også i år. Selv om færre nye frivillige enn ønsket har startet, fortsetter mange erfarne besøksvenner i nye koblinger eller tar permisjon med plan om retur. Dette gir et stabilt antall aktive og erfarne frivillige, noe som er viktig i møte med et mer krevende felt, der flere deltakere har lavere funksjonsnivå enn tidligere. De fleste frivillige gjør én-til-én besøk, mens resten besøker på institusjoner.

Et høyt antall forespørsler gjør at ventelistene for én-til-én besøk er lengre enn før, men ventetiden for å få en besøksvenn overstiger sjelden 3–4 måneder.

Besøksvenn med hund har stabil aktivitet, og etter siste kurs har vi rundt 20 aktive ekvipasjer som hovedsakelig gjør institusjonsbesøk samt noen enkeltoppdrag ved universitetet i Tromsø eller i private hjem.

Vi tilbyr frivilligsamlinger gjennom året, med jevnt godt oppmøte og positive tilbakemeldinger.



Visitortjenesten

Visitortjenesten tilbyr samtaler og støtte, og arrangerer pizzakvelder med underholdning, til innsatte i Tromsø fengsel.

Utover jevnliges visitorbesøk og pizzakvelder kjøpte og pakket visitorene, tradisjonen tro, julegaver i samarbeid med Medkvinner. Gavene ble som vanlig delt ut til de innsatte på julaften av visitorer som deltok på julegudstjenesten i fengselet.

Nytt av året er rekrutteringen til prøveprosjektet «Visitor med hund», der en visitor tok med sine godkjente besøkshund inn i fengselet. Hundene er et kjærkomment tilskudd til den ordinære tjenesten, ifølge tilbakemeldinger fra fengselet.

Vitnestøtte

Frivillige i Vitnestøtte tilbyr informasjon, praktisk tilrettelegging og medmenneskelig støtte til vitner før og etter en rettssak. Aktiviteten drives i samarbeid med Tinghuset i Tromsø.

I 2025 økte antallet gjennomførte oppdrag ved tinghuset. Vi etablerte også et nytt samarbeid med politiets støttesenter for kriminalitetsutsatte, som nå kan bestille vitnestøtte ved behov.



Besøkstjenesten	Visitortjenesten	Vitnestøtte	Nettverk etter soning	Utstyrsbasen TURBO
122 frivillige	13 frivillige	15 frivillige	8 frivillige	7121 utlån
160 deltakere	93 besøk	36 oppdrag	15 deltakere	21 806 utlånte enheter

Nettverk etter soning

Nettverk etter soning støtter tidligere straffedømte i å bygge meningsfulle, rusfrie nettverk og en trygg hverdag. Aktiviteten inndeles i: Nettverk inkludering, Nettverk gjeld og Nettverk arbeid.

Siden oppstarten i 2024 har fokuset vært å bygge opp og utvikle tilbudene i Nettverk etter soning. I september 2025 åpnet en sosial møteplass på Røde Kors-huset, der deltakere og frivillige fornyet stua og skapte et hyggelig onsdagstilbud med 21 treff gjennom året.

Syv deltakere var husverter i Nettverk arbeid, hvor de blant annet gjennomførte lett vedlikeholdsarbeid på Røde Kors-huset. Videre fikk fire deltakere oppfølging innen gjeldsarbeid og hverdagsøkonomi.

Aktiviteten samarbeider med Tromsø fengsel, Friomsorgen, Crux og med Tromsø kommune om blant annet Utstyrsbasen TURBO.

Ustyrsbasen TURBO

Ustyrsbasen TURBO tilbyr gratis utlån av tur- og fritidsutstyr til alle som trenger det. Ordningen drives i samarbeid med Tromsø kommune.

I 2025 ble TURBO organisatorisk flyttet fra Oppvekst til Sosial inkludering-aktivitetene, ettersom Nettverk etter soning overtok ansvaret for driften. I løpet av høsten ble TURBO derfor etablert som en arbeidstreningsarena gjennom Nettverk arbeid, som er en del av Nettverk etter soning. Deltakere bidrar i arbeidet med utlån av gratis utstyr til innbyggerne i Tromsø. I løpet av høsten var én deltaker fra Nettverk etter soning tilknyttet TURBO.

Ved utgangen av året hadde TURBO foretatt 7121 utlån, med totalt 21 806 utlånte enheter. Skiutstyr var det mest populære utlånte fritidsutstyret.

Ved utgangen
av året hadde TURBO
foretatt 7121 utlån, med
totalt 21 806 utlånte
enheter



Aktivitetsrapport Omsorg – Oppvekst

Fellesverket

Fellesverket er Tromsø Røde Kors sitt aktivitets- hus for unge mellom 13 til 25 år – en sosial og inkluderende møteplass drevet av trygge frivillige og ansatte. Her tilbys gratis mat, ulike aktiviteter og et godt fellesskap gjennom hele året, også i skoleferier.

2025 var et år med høy aktivitet, med faste tilbud som arbeidstrening, gatemegling, lek- sehjelp og en sosial åpen møteplass tre dager i uken. Oppmøtet var stabilt godt, med 3151 besøk, og ungdomme- ne preget innholdet gjennom ideer som karneval, buldring og TikTok inspirert baking. Samarbeid med Pea- cepainting, Amnesty, Tvibit og MMO styrket tilbudet ytterligere.

Fire deltakere har hatt arbeidstrening, hovedsake- lig knyttet til kjøkkendrift. Fellesverket fortsatte også sitt viktige arbeid med å forebygge matsvinn i samarbeid med Matsentralen og Rødbanken.

Fellesverket hadde flere viktige besøk, blant annet fra presidentene og generalsekretærene i de nordiske Røde Kors landene. Også lokale politikere besøkte møteplassen med interesse for ungdomsmiljøet og arbeidet som gjøres der.



Fellesverket	Gatemegling
22 frivillige	7 instruktører
293 unike brukere	160 deltakere på verksted

–Det som er så fint med Fellesverket er at det er lavterskel og man kan gjøre hva man vil, det er så fine folk og en annen «vibe» enn vanlig ungdomsklubb; det er liksom så enkelt å bli kjent med folk her. Det er så fint at det er flere tilbud som for eksempel leksehjelp også - det er så mange muligheter.

Lisa (18 år) besøkende på Fellesverket



Gatemegling

Gatemegling gir ungdom ferdigheter i konfliktforståelse, megling og ikke voldelig kommunikasjon gjennom praktiske verksteder og øvelser som bygger trygghet, refleksjon og gode relasjoner.

I 2025 hadde Gatemeglingen i Tromsø høy aktivi- tet, og det ble gjennomført sju konfliktverksteder, sju miniverksteder og ett meglingsverksted.

En viktig milepæl i 2025 var etableringen av gate- meglingsverksted i Tromsø fengsel, gjennomført i samarbeid med Tromsø fengsel, Kriminalom- sorgen og Troms og Finnmark frimsorgskontor. Dette markerer et betydelig skritt i arbeidet med å styrke konflikthåndteringskompetansen, også i lukkede institusjoner.





Leksehjelpen

Leksehjelpen, også kalt Studieverkstedet, holder til på Fellesverket og tilbyr gratis leksehjelp til elever fra 13 år til videregående, samt deltakere fra Voksenopplæringa med tilsvarende pensum.

Deltakelsen på Leksehjelpen, som de siste årene har vært synkende, stabiliserte seg i 2025. Leksehjelptilbudet holdt åpent 34 dager.

Mennesker
trenger mennesker

Mentorfamilie

Mentorfamilie er for personer over 18 år som er utsatt for negativ sosial kontroll, tvangsekteskap eller andre former for æresrelatert vold. Deltakeren kobles med en familie som de gjør hyggelige aktiviteter sammen med iblant.

Ansattressursen i Mentorfamilie er del av et kompetansenettverk mot negativ sosial kontroll, æresrelatert vold, kjønnslemlestelse og menneskehandel. Nettverket gir faglig oppdatering og oversikt over relevante instanser i Tromsø.

Borgtuntreffet

Borgtuntreffet er en sosial møteplass der unge, voksne og eldre i Borgtun bydel møtes for å lage mat, spise og gjøre aktiviteter sammen.

Det ble i løpet av året gjennomført sosiale treff, teaterleker, malingsverksted, besøk på Vitensenteret, bowling, grilling og aktivitet på skolekjøkkenet, med totalt 324 besøkende.



Leksehjelpen	Mentorfamilie	Borgtuntreffet	❤️
9 frivillige	1 frivillig	11 frivillige	
70 besøk	1 kobling	ca. 18 deltakere per treff	

Aktivitetsrapport Omsorg – Migrasjon

Flyktningguide og Vennefamilie

I Flyktningguiden kobles en flyktning med en norsktalende frivillig for kulturforståelse, nettverksbygging og språktrening. De møtes jevnlig og gjør aktiviteter de begge trives med. I Vennefamilie inkluderer en familie en ung, enslig flyktning mellom 16 og 23 år i sitt familieliv noen timer i uka.

Flyktningguiden i Tromsø fortsatte å utvikle seg positivt, og vi satte ny rekord i antall koblinger. Det ble gjennomført åtte flyktningguidekurs i løpet av året. Rekruttering av mannlige frivillige er fortsatt en utfordring.

Innen Vennefamilie hadde vi én kobling dette året, som ble avsluttet etter fire måneder. Rekruttering er krevende, da de fleste enslige mindreårige flyktninger i Tromsø bor sammen med familiemedlemmer.



Kvinnegruppa

Kvinnegruppa er en sosial arena på Røde Kors-huset for kvinner fra ulike kulturer, og består av sygruppa og strikkegruppa. Aldersspredninga er stor i begge gruppene – fra fire år og oppover.

Sygruppa gjennomførte 40 sykkelder. Deltakerne sydd et bredt spekter av produkter, blant annet risposer, dukkeklær, bakeforklær, handlenett, toalettmapper og klær til både voksne og barn.

Strikkegruppa settes opp i samarbeid med Tromsø Husflidslag og det ble gjennomført 31 strikkekvelder. Deltakere strikket sokker, votter og gensere som ble donert til flyktningbarn som kommer til Tromsø.



Flyktningguide	Kvinnegruppa	Norsktreningen	Medkvinner
33 frivillige	11 frivillige	28 frivillige	36 frivillige
35 koblinger	318 deltakere	1071 besøk	35 oppdrag



Norsktreningen

På Norsktreningen øver deltakerne på å snakke norsk sammen med norsktalende frivillige. Tilbudet er åpent for flyktninger, arbeidsmigranter, familiegjenforente og internasjonale studenter i Tromsø.

Aktiviteten opplever stor pågang. I 2025 var det hele 1 071 besøk fordelt på 34 norsktreningskvelder, og 28 frivillige la ned over 800 timer i frivillig arbeid! Aktiviteten flyttet fra Tromsø bibliotek og byarkiv til Rødbanken i Storgata, noe som gir gode rammer for videre utvikling.

Medkvinner

Medkvinner består av kvinner fra innvandrermiljøer som driver oppsøkende arbeid blant minoritetskvinner, særlig nyankomne. Hensikten er å bygge støttenettverk og gi innvandrerfamilier informasjon om relevante tilbud i Tromsø.

Aktiviteten består av 36 frivillige medkvinner som behersker til sammen 13 ulike språk, i tillegg til norsk.

I 2025 gjennomførte Medkvinner ni fagkvelder, hvorav fire var åpne møter for alle kvinner i Tromsø. Høsten markerte oppstart av det fjerde medkvinnerkullet. Gjennom 35 oppdrag fikk mange innvandrerkvinner tilgang til riktig informasjon og støtte i møte med offentlige tjenester.

Vi hadde gode samarbeid med Tromsø kommune, helsesykepleiere ved flere legesentre, Flyktningtjenesten, Voksenopplæringen, Kirkens Bymisjon, Dropshop Tromsø, Kreftforeningen, Nordnorsk Kunstmuseum og Ishavskysten friluftsråd. Sammen med sistnevnte var vi medarrangør for en friluftstur i Tromsdalen.

-Takket være dere bestod jeg
norskprøven min.

Deltaker på Norsktreningen

Aktivitetsrapport Hjelpekorpsset

Hjelpekorpsset i Tromsø driver med søk, redning og sanitetsvakter. Det kreves en rekke kurs for å bli et operativt medlem. Hjelpekorpsset tilbyr også førstehjelps- og hjertestarterkurs for bedrifter, skoler, barnehager og andre offentlige institusjoner.

I 2025 var beredskapsambulansen et hovedsatsingsområde. Selv om den ble kjøpt året før, krevde den både opplæring og omfattende utstyrsanskaffelser før den kunne tas i bruk. 11 frivillige er nå kurset og godkjent til bemanning av ambulansen, og det ble investert betydelig i medisinsk utstyr – blant annet en hjertemonitor til over kr. 200 000. Denne ble finansiert med støtte fra Sparebankstiftelsen SNN. Ambulansen ble operativ i desember.

Ekstern undervisning var fortsatt Hjelpekorpssets største inntektskilde med en omsetning på nær kr. 900 000. I tillegg hadde Hjelpekorpsset sanitetsansvar på 28 vakter, noe som ga ny omsetningsrekord på kr. 347 000. Midnight Sun Marathon mobiliserte over 30 mannskaper, mens Rakett natt stod for flest timer, med nær 500 frivillige timer.

Hjelpekorpsset i Tromsø

120 operative frivillige

35 redningsoppdrag

100 førstehjelpskurs

2255 timer sanitetsvakt



Hjelpekorpsset vårt har mange kompetente og engasjerte frivillige. Flere er representert med verv iblant annet Landsråd Hjelpekorps, i nasjonale ressursgrupper for drone, tauredning og skred, samt at leder for Distriktsråd Hjelpekorps i Troms også er fra vår lokalforening.

I mars ble tre personer tatt av skred ved Pollfjell-tunnelen. Tromsø Røde Kors Hjelpekorps støttet Hjelpekorpsset i Lyngen og politiet med skredledere og drone. Siste savnede ble funnet i live etter 7,5 timer under snøen.



I april rykket vi ut til tre skred på én dag – på Kattfjordeidet, Bentsjordtind og ved Nordkjosbotn. Ingen ble skadet, men det ble en krevende dag for mannskapene.

Årets største aksjon kom i september: en 14 dagers leteaksjon etter funn av en tom båt, med søk utført både til fots og med drone. Én drone avsøkte rundt 50 km strandlinje i løpet av én dag. Aksjonen utgjorde 35 % av våre oppdragstimer for politiet i 2025. Den savnede ble senere funnet omkommet av sivile.



Tromsø Røde Kors Hjelpekorps – 75 år i 2025

Hjelpekorpsset vårt har røtter tilbake til «Hjelpetroppen» som var dannet av speidere like før krigen. Deres viktigste oppgave var "fjellsikringstjeneste", og hver helg lå frivillige ved Tindfoten og Svarthammeren for å hjelpe uheldige skiløpere.

Etter hvert utviklet samarbeidet seg med Røde Kors, og korpset har siden den gang vokst til å bli en moderne beredskapsstyrke, og med en rekke faggrupper. 75 årsjubileet ble høytidelig markert i januar 2026 og omtales nærmere i neste års årsmelding.



Hjelpekorpsset gjennomfører iblant nattpatruljer i Tromsø sentrum og avlaster nødetatene ved å ta mindre oppdrag. Etter en slik patruljevakt mottok Hjelpekorpsset denne tilbakemeldinga – delt med tillatelse.

–Hei dere! Fikk så fin melding fra våre innsatsledere om den jobben dere [Hjelpekorpssets frivillige] gjorde i Tromsø i helgen! Det legges godt merke til her hos oss, og vi er evig takknemlig for at dere gjør nettopp dette! Håper dere kan bringe videre en varm takk fra alle oss i patruljeseksjonen til deres medlemmer som stiller opp på denne patruljetjenesten.

Epost fra Bjørn Danielsen, daværende seksjonsleder, Troms politidistrikt, TPSD seksjon politipatrulje.

Aktivitetsrapport Frivilligsentralen



Frivilligsentralen bistår i mottaket av nye frivillige til lokalforeninga vår, er bindeledd mellom frivillig sektor og Tromsø kommune, utvikler åpne møteplasser for befolkningen og stimulerer ellers til frivillig innsats.

I 2025 meldte 367 nye frivillige seg til Tromsø Røde Kors. Frivilligsentralen bisto i frivilligmottaket (se «Nøkkeltall frivillighet og medlemskap»).

Som bindeledd mot kommunen bidro Frivilligsentralen blant annet i planleggingen av nytt Bo og Velferdssenter (BOV) på Kvaløya, var medarrangør av «Frivillighet i sentrum» med 60 deltagende foreninger, og stilte lokaler kostnadsfritt til Link Tromsø sine samtalegrupper gjennom året.

Etablering av nye sosiale møteplasser for eldre på ettermiddagstid var et satsingsområde i 2025 som følge av innrapportert behov blant eldre i kommunen. Dette resulterte i to nye møteplasser: Ettermiddagstreffet på Sør Tromsøya sykehjem og Vaffelkaféen på Heracleum.

Frivilligsentralens aktiviteter i 2025

Turgruppa

Lavterskel turer på dagtid gjennom hele året på Tromsøya, fastlandet og Kvaløya. En åpen og inkluderende gruppe hvor nye turgåere alltid ønskes velkommen.

Torsdagstrimmen

Ukentlig trim for eldre, etterfulgt av sosialt samvær. Aktiviteten opplever stor pågang og har venteliste for nye trimdeltakere.

Tirsdagstreffet

Annenhver uke samles hjemmeboende eldre over 80 år til sosialt treff med servering og underholdning på Røde Kors huset. Det tilbys kjøretjeneste ved kapasitet. Økende etterspørsel har ført til venteliste for å kunne delta på treffet.

Sjåfører

Frivillige sjåfører distribuerer møbler til nyankomne flyktninger i samarbeid med Dropshop Tromsø, og bistår Tirsdagstreffet med kjøretjeneste for eldre ved behov.



Turgruppa	Torsdagstrimmen	Tirsdagstreffet	Sjåfører
6 frivillige	2 frivillige	16 frivillige	5 frivillige
65 turer	34 trimøkter	27 deltakere	51 vakter

Frivilligtjenesten på UNN

Frivillige sykehusverter veileder pasienter i ankomstområdet på sykehuset, hjelper med praktiske gjøremål og bistår ved kulturarrangementer. Frivilligtjenesten på UNN er populær blant frivillige og det er nå venteliste for å kunne bidra. Aktiviteten gjennomføres i et samarbeid med UNN.

Vaffelkaféen, som har vært en av aktivitetene til sykehusvertene, ble lagt ned i 2025, noe som bidro til etableringen av Vaffelkaféen på Heracleum.

Arrangement på sykehjem

Frivillige bidrar med konserter, vaffelkafé, quiz og sosialt samvær på sykehjem i samarbeid med Tromsø kommune. Aktiviteten har hatt redusert omfang i 2025 på grunn av prioritering av nye møteplasser.

Møteplassen 5. etasje

Frivillige arrangerte meningsfulle aktiviteter – ofte allsang – for beboere ved kommunens midlertidige sykehjemsavdeling, i 5. etasje over Seminaret, frem til avdelingen stengte i oktober 2025.

Ettermiddagstreffet på Sør-Tromsøya sykehjem

Ny sosial møteplass på ettermiddagstid for eldre på Sør-Tromsøya sykehjem startet i november 2025. Aktiviteten foregår annenhver uke og inkluderer varierte aktiviteter som vaffelsteking, spill og samtale.

Vaffelkaféen på Heracleum

Vaffelkafeen ble etablert i oktober 2025 i samarbeid med kommunen. Et populært tilbud på ettermiddagstid for de eldre beboerne med gode tilbakemeldinger.

–Beboerne er utrolig takknemlige for å få muligheten til litt samvær over en kopp kaffe og vaffer, men også til å kle seg i finstasen en helt vanlig onsdag ettermiddag.

Det har så langt vært mange klemmer, sang og latter, det må kalles suksess.

Anja, frivillig på Vaffelkaféen



Frivilligtjenesten på UNN	Arrangement på sykehjem	Møteplassen 5. etasje	Ettermiddagstreffet Sør-Tromsøya sykehjem	Vaffelkafeen Heracleum
30 frivillige	75 frivillige	4 frivillige	3 frivillige	12 frivillige
750 vakter	11 treff	30 treff	15 deltakere	30 deltakere

Aktivitetsrapport Ungdom

Røde Kors Ungdom i Tromsø består av frivillige mellom 13 og 30 år som arrangerer aktiviteter og trygge sosiale møteplasser, kalt Treffpunkt, for jevnaldrende.

I 2025 arbeidet gruppa med å bygge opp frivillig-miljøet og etablere nye Treffpunkt. Et planlagt arrangement måtte avlyses da nøkkelpersoner trakk seg rett før oppstart, og selv med tilbud om støtte og oppfølging var det ikke grunnlag for aktivitet gjennom året. Administrativ oppfølging, dialog med distriktsrådet og rekrutteringsarbeid ble likevel videreført.

Tromsø Røde Kors Ungdom

9 frivillige

1 Treffpunkt



FNs bærekraftsmål



Tromsø Røde Kors og FNs bærekraftsmål

FNs bærekraftsmål er verdens felles arbeidsplan for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringene innen 2030.

Ett av hovedprinsippene i bærekraftmålene er at ingen skal utelates – «Leaving no one behind». Det betyr at de mest sårbare menneskene, mennesker med et komplekst og sammensatt sykdomsbilde, funksjonsnedsettelse og/ eller eldre mennesker, er

en av målgruppene vi må ivareta for å lykkes med en bærekraftig utvikling.

Aktivitet i Tromsø Røde Kors underbygger alle de 17 bærekraftmålene, men vi har valgt ut fire mål som er særlig relevant for oss: God helse, Mindre ulikhet, Bærekraftige byer og samfunn, og Samarbeid for å nå målene.

God helse (nr.3)

Hvordan helsen vår er påvirket av miljø, økonomi og sosiale forhold. Internasjonalt jobber Røde Kors blant annet for å sikre helsetjenester for de mest sårbare, hindre spredning av epidemier og sykdommer, samt å redusere barne- og mødredødelighet.

I Tromsø jobber Røde Kors for å sikre god mental helse for mennesker i alle aldre, blant annet ved å tilby samtalestøtte og sosiale aktiviteter som Besøktjenesten, Gatemegling, Visitortjenesten, møteplassen på Fellesverket og Nettverk etter soning.

Mindre ulikhet (nr.10)

Tromsø Røde Kors jobber for å redusere ulikhet ved å tilby aktiviteter som inkluderer alle, som reduserer utenforskap og som fremmer et inkluderende samfunn. Satsingene våre som Nettverk etter soning, Fellesverket, Medkvinner og Norsktreningen er eksempler på aktiviteter som underbygger målet om mindre ulikhet.

Bærekraftige byer og samfunn (nr.11)

Tromsø Røde Kors arbeider for å gjøre byen og lokalsamfunnet vårt inkluderende, trygt, robust og bærekraftig. Tromsø Røde Kors Hjelpekorps er en stor frivillig aktør innen redningstjenesten og bidrar til å styrke beredskapsevnen i møte med katastrofer.

Vi har også fokus på å skape aktiviteter som fremmer sosial bærekraft slik som Medkvinner, for å gi alle mennesker en lik sjanse for et helsefremmende liv, til å få utdanning, jobbe og leve uten diskriminering av noe slag.

Samarbeid for å nå målene (nr.17)

Tromsø Røde Kors er en viktig og sentral aktør i sivilsamfunnet. Vi jobber aktivt for å bygge sterke, nye samarbeid med det frivillige organisasjonslivet, det offentlige og næringslivet for å hindre menneskelig nød og lidelse, samt skape en bærekraftig utvikling.

SYV PRINSIPPER ER GRUNNLAGET FOR RØDE KORS SIN INNSATS

Humanitet

Upartiskhet

Nøytralitet

Uavhengighet

Frivillighet

Enhet

Universalitet

Vil du støtte Tromsø Røde Kors sitt arbeid?

Scann QR-koden for å lære mer om hvordan du kan støtte vårt arbeid lokalt i Tromsø.
Stor takk for ditt bidrag!

Kontakt oss

Adresse: Jonas Lies gate 31, 9009 Tromsø

Hjemmeside: www.rodekors.no/tromso

E-post: tromso@redcross.no

Telefon: 776 13 661

Du finner oss også på Facebook og Instagram!

