

INTERVJUET

Grete Herlofson,
vår nye general-
sekretær

Side 12

JULEKAMPANJE

Barna betaler
prisen når
voksne kriger

Side 18



Røde Kors' unike mandat og rolle:

Det store gjensynet

Vi ser det på nyhetene. Ved utveksling av
fanger og gisler er Røde Kors alltid til stede
som et nøytralt mellomledd.

Side 14



Foto: Røde Kors

Barn og voksne kan få livsviktig helsehjelp i krig og kriser.



Foto: Katrine Lunke

Hjelpekorpsset kan hjelpe de som trenger det i naturen, i byen og på vannet.



Foto: Røde Kors

Barn og unge kan delta på gratis aktiviteter og få gode opplevelser.



Foto: Røde Kors

Mange kan ha glede av en besøksvenn.

DU HAR ALLTID VÆRT DER FOR NOEN. DET KAN DU FORTSETTE MED.

Vi kan ikke ta med oss noe når vi en gang skal forlate denne verden. Men vi kan etterlate oss muligheten til å gi andre et bedre liv. Velger du å gi en testamentarisk gave til Røde Kors, kan du bidra til at færre blir sittende alene, til å redde liv, og at barn og unge kan få en bedre hverdag og gode opplevelser.

Er dette noe du vil vite mer om? Ta kontakt med Siri Antonsen, ansvarlig for arv og testamentariske gaver, på telefon 916 21 942 eller e-post siri.antonsen@redcross.no

Røde Kors kan også være behjelpelig med gratis advokathjelp for å sette opp et testament.

160 år med humanitet

■ Denne høsten markerer vi at Norges Røde Kors har vært en humanitær kraft i 160 år.

■ Det viktigste med jubileet er ikke feiringen i seg selv, men at vi tar med oss historien – og ser fremover. Vi skal fortsette å avdekke, hindre og lindre nød der folk bor, og der krig og katastrofer rammer.

■ Den 4. november 1865 ble den norske Røde Kors-organisasjonen formelt godkjent av den svenske regjeringen. Da het den Foreningen for Pleie af Syge og Saarede i Feldt og for Understøttelse af Saarede og Faldnes Efterladte. Navnet er ikke det eneste som har endret seg. Fra å være en liten forening med et snevert oppdrag i krig, er Røde Kors i dag en landsdekkende humanitær kraft – en bevegelse som redder liv, skaper trygghet og bygger fellesskap.

■ Fremover prioriterer vi særlig tre områder: sterkere frivillig beredskap i lokalsamfunn, varmere fellesskap som motvirker ensomhet og utenforskap, og å være en tydelig stemme for humanitære verdier. Disse satsingene bygger på erfaringene frivillige gjør – både i norske lokalsamfunn og i krevende konfliktområder internasjonalt.

■ Det er ekstra motiverende å se at befolkningen verdsetter dette arbeidet. I et år preget av store behov, uro og blodige kriger topper Røde Kors igjen

listen i årets omdømmeundersøkelse fra Ipsos – både i kjennskap og godt inntrykk. At vi også er organisasjonen som øker omdømmet mest det siste året, må vi ta som et signal om at vi svarer godt på behovene i samfunnet lokalt og internasjonalt. Krevende redningsaksjoner har nok synliggjort den frivillige beredskapen, og viktig innsats i de store konfliktene har vist vår sterke internasjonale innsats. At vi står sterkest blant både de eldste og de yngste tror jeg henger sammen med at vi er til stede med aktiviteter lokalt som er viktige for disse gruppene.

■ I år markerer vi også at Røde Kors-prinsippene fyller 60 år. Prinsippene er like aktuelle i dag, lokalt og globalt, i en verden preget av uro. Humanitet minner oss om at mennesket alltid kommer først – i nabolaget, på fjellet, og i land rammet av krig. Upartiskhet forplikter oss til å hjelpe dem som trenger det mest – ikke bare dem vi kjenner eller liker å hjelpe. Nøytralitet og uavhengighet gir oss tillit og tilgang på tvers av konfliktlinjer. Og frivillighet er bærebjelken som gjør alt mulig.



Siri Hatlen
President i Norges Røde Kors

■ Dette er ikke bare ord, men verktøy som virker – som skaper rom for handling, trygghet for frivillige og håp for dem som trenger oss.

■ 160 år er en milepæl verdt å feire. Ikke bare for det vi har oppnådd, men for alt vi fortsatt skal gjøre – for å styrke frivilligheten, beredskapen og vår humanitære innsats, hjemme og ute.

Tusen takk til alle frivillige, medlemmer og givere. Dere gjør innsatsen mulig – hver dag, året rundt.



RØDE KORS-MAGASINET

04/2025 – 105. ÅRGANG

Utgiver: Røde Kors i Norge

President: Siri Hatlen

Generalsekretær:
Grete Herlofson

Ansvarlig redaktør:

Andreas Bjørnstad

Redaktør: Marianne Wellén

Forsidefoto: Familiegjenforening i Libya. Foto: Robin Waudou, ICRC.

Design: Spoon AS



spoonagency.no

Trykk: Panzerprint AS

Trykt utgave: ISSN 1503-5786

Digital: ISSN 1892-7971

Slik kan du hjelpe!

Se rodekors.no eller ring 22 05 42 20

- » Gi fast hver måned til vårt arbeid i Norge eller internasjonalt
- » Bli medlem og hjelp i ditt nærmiljø
- » Bli frivillig og gi av din tid

Adresseendringer eller andre henvendelser:
Kontakt kundeservice på rodekors.no



For mange Røde Kors-magasin?

Mottar din husstand flere Røde Kors-magasiner i posten?

Du kan reservere deg mot dette. Kontakt medlem- og giverservice via denne QR-koden eller på e-post: medlem@redcross.no

Følg oss på:  facebook.com/rodekors  twitter.com/rodekorsnorge  instagram.com/rodekorsnorge



Håp og tragedie i Afghanistan

Et kraftig jordskjelv rammet Kunar-provinsen i Afghanistan like før midnatt 1. september i år.

2.200 mennesker døde, over 4.000 ble skadet og hele landsbyer lagt i ruiner. Mange tusen mistet hjemmene sine.

Midt i tragedien ga frivillige håp og hjelp. Nødhjelpsteam kjempet seg fram på ødelagte veier og gjennom ustabile bygninger. Røde Kors-bevegelsen satte inn flere mobile helselinikker i området.

RØDE KORS I NORGE

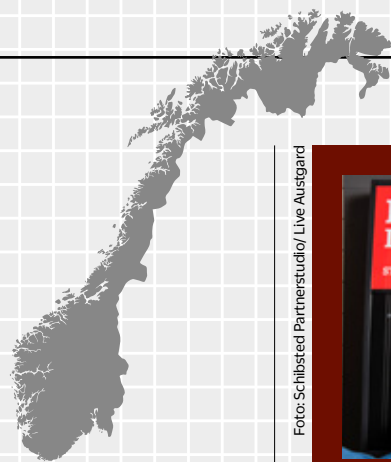


Foto: Schibsted Partnerstudio/ Live Austgard



PANTELOTTERIET

Historisk milepæl

Pantelotteriet har nylig passert en historisk milepæl: En milliard kroner i inntekter til Røde Kors siden oppstarten av lotteriet i 2008. Det er helt fantastisk og noe vi alle er veldig stolte av!

Pantelotterimidlene har blitt utrolig viktig for Røde Kors' humanitære arbeid. Halvparten av midlene fra Pantelotteriet går til nasjonale aktiviteter, den andre halvdelene går til lokale aktiviteter i nærmiljøet. Midlene har bidratt til alt fra båter, ambulanser og snøscootere – til store redningsaksjoner og lokale tiltak for barn og unge. De har reddet liv, redusert ensomhet, skapt trygge møteplasser og bidratt til livsviktig humanitær innsats i nabolag og nærmiljøer over hele landet.

I Bergen er studiekafeen på Fellesverket (bildet under) et av tiltakene som mottar støtte fra Pantelotteriet. Studiekafé er et gratis, lavterskeltilbud i Røde Kors, hvor ungdom kan få hjelp til lekser og studier to ganger i uken.



Et juletre av håp

Jula er varme, glede, lukten av nellik og fellesskap. Slik er det for de fleste, men absolutt ikke for alle. For mange er høytiden også en tid preget av bekymring og knapphet.

I Porsgrunn spirer et tre av håp. For niende året gjennomfører de frivillige i Porsgrunn Røde Kors aktiviteten Ønsketreet. Her kan barn og familier som har det vanskelig økonomisk få oppfylt sitt juleønske, takket være engasjerte frivillige som Kristin Halvorsen (bildet).

– Det er vanskelig for mange å

be om hjelp. Anonymitet er viktig, da blir terskelen for å be om hjelp litt lavere. Ønsker som gjelder barn og babyer gjør også noe med deg. Morsmelkerstatning, tåteflasker og leker – sånne ønsker, det treffer, sier Kristin Halvorsen som også i år pakker inn julegaver til ønsketreet i Porsgrunn.

UTEN BLOD- GIVERE STOPPER HELSE-NORGE

I høstkampanjen til Røde Kors og GiBlod.no er Marius Løken ansiktet utad.

Etter å ha blitt livstruende skadet i 2011, overlevde han takket være 25 liter blod gitt av norske blodgivere. Røde Kors Blodprogram oppfordrer alle til å styrke beredskapen: lær førstehjelp, engasjer deg lokalt – og registrer deg som blodgiver.

ER DU FRISK OG MELLOM 18–65 ÅR? REGISTRER DEG SOM BLODGIVER PÅ GIBLOD.NO

- ♦ Del budskapet – snakk med venner, familie og kolleger
- ♦ Støtt opp om lokal blodberedskap – det redder liv



Julegave med mening fra Moomin Arabia

I anledning Mummitrollets 80-årsjubileum har Moomin Arabia lansert kolleksjonen "Endelig hjemme" – en hyllest til gjenforening, hjem og medmenneskelighet.

"Endelig hjemme"-kolleksjonen er inspirert av Tove Janssons tegneserie "Mummitrollets familie" fra 1955 – en rørende historie om gjenforening og det å finne hjem. Produktene prydes av illustrasjoner som viser Mummifamiliens kjærlige gjensyn.

Samarbeidet er en del av et globalt initiativ hvor deler av salgsinntektene går til lokale Røde Kors' aktiviteter.

I Norge går støtten direkte til arbeid for barn og unge – en gruppe som ofte har behov for ekstra omsorg og trygge møteplasser. For hvert solgte produkt doneres en euro til Norges Røde Kors' humanitære arbeid for barn og unge.

Røde Kors i Norge 160 år

Sammen for å hjelpe siden 1865

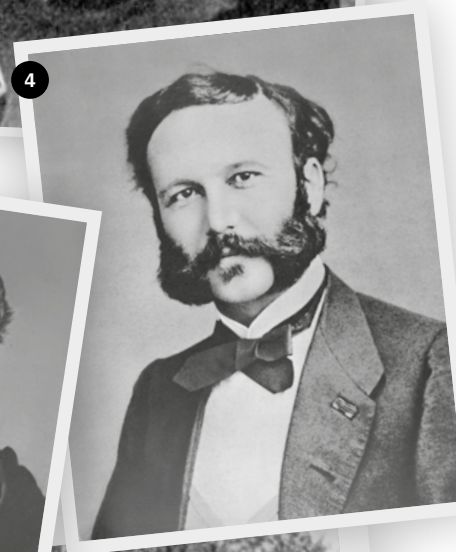
Norges Røde Kors var en av de første nasjonalforeningene i Røde Kors-bevegelsen. 4. november 1865, to år etter at sveitseren Henry Dunant grunnla Røde Kors i Sveits, ble Røde Kors stiftet i Norge. Det startet som: "Foreningen for Pleje af syke og saarede i Feldt og for Understøttelse av saarede og Faldnes Efterladte".

Tekst: **Marianne Wellén**

De første 20 årene begrenset Røde Kors' virksomhet i Norge seg til å samle inn penger. Pengene skulle brukes i tilfelle krig og ble forvaltet av myndighetene. Fra 1891 besluttet man at virksomheten også skulle gjelde i fredstid, noe som frigjorde midlene.

Etter hvert utviklet foreningen seg fra å være en liten organisasjon med et spisset formål om å gi hjelp i krig, til å bli en humanitær kraft i det norske samfunnet med bred, folkelig appell. Denne høsten markerer vi at Røde Kors har stått sammen for å hjelpe i 160 år!

I dag er Røde Kors Norges største humanitære organisasjon med 137.000 medlemmer og 40.000 aktive frivillige i 353 lokallforeninger over hele landet.



1 Parade med Røde Kors i spissen. 2 Fjellberedskap. 3 Norges Røde Kors ble grunnlagt av statsminister Frederik Stang i 1865. 4 Henry Dunant grunnla Det internasjonale Røde Kors i 1863. 5 Bibliotekjeneste. 6 De hvite bussene. 7 Barnehjelpen.

KORT OG GODT OM RØDE KORS

Vi har spurt tre tidligere generalsekretærer om deres forhold til Røde Kors.



ODD GRANN

Generalsekretær 1981-1991

Hva var ditt første møte med Røde Kors? Høsten 1944. Da lagde jeg en liten basar med grønnsaker fra egen hage. Loddene kostet 10 øre og ga kr. 3,20 i inntekt. Dagens verdi kr. 90,45. Nazipolitiet nektet å ta imot beløpet. Jeg har aldri glemt den skuffelsen. Siden har jeg valgt andre måter å bidra på. Der er jeg fortsatt.

Hvordan vil du beskrive 160-åringen? Internasjonalt meget aktiv og synlig, en veldig humanitær kraft. Nasjonalt, lokalt aktiv med sin kjernekompetanse. Parat som beredskapsorganisasjon. Stor tillit i befolkningen, takket være de frivilliges innsats, overalt og til enhver tid. En velsett og betydningsfull faktor i alle samfunnslag.

Hva er den viktigste oppgaven til Røde Kors i årene fremover? Nasjonal beredskapsorganisasjon, med sterke lokale ledd med stor kompetanse i medmenneskelig innsats, basert på praktisk kompetanse i å redde liv og helse, lege dem som er skadet og i nød, og trøste dem som er personlig belastet. Det gjelder mer enn fysiske skader. Det vil bli større behov for å bistå dem som får psykiske lidelser, kanskje spesielt eldre. Jeg kunne ønske meg mer synlighet og innsats for å styrke lokalsamfunnene.

Har du en hilsen til jubilanten? 160 år - det er 58.600 døgn i beredskap for andre mennesker det! Dette står det stor respekt av, ikke minst for den moralske støtte Røde Kors-frivillige har gitt millioner ved bare ved å være der - for sine medmennesker.



SVEN MOLLEKLEIV

Generalsekretær 1991-2001, president 2008-2017

Hva var ditt første møte med Røde Kors? Mitt første møte med Røde Kors var som guttunge nærmest fra fjord til fjell. Det var i møte med hjelpekorpsene enten jeg sprang i skauen eller var på fjellet og så de var operative. Så fulgte jeg opp i et nært møte med mitt internasjonale solidaritetsarbeid, hvor vi treffer Røde Kors til stede, tilgjengelig, som har tilgang og tillit ute i alle lokalsamfunn i alle land i hele verden.

Hvordan vil du beskrive 160-åringen? Norges Røde Kors er en oppegående, tilstedeværende jublant. Gjennom sine frivillige i lokalforeningene som er til stede, som er tilgjengelige for å dekke humanitære behov, som har tilgang, nettopp fordi man har kunnskap, og ikke minst har tillit fordi man stiller opp for de som har behov og lar også folk få være ressurser i eget og andres liv. Til stede i bygd og by, fra fjord til fjell gjennom frivillige som bryr seg og som rekker ut en hånd og stiller opp for folk som nettopp trenger oss.

Hva er den viktigste oppgaven til Røde Kors i årene fremover? Røde Kors er Genèvekonvensjonenes vokter. Alle statsmakter som har signert Genèvekonvensjonene skal forplikte seg til at Røde Kors kan være til stede på tvers av frontlinjene og dekke behov. Men Røde Kors må også påse at statsmakter og stridende parter nettopp følger det de har forpliktet seg til gjennom sin signatur. Gi hjelp, gi beskyttelse, sørg for at hjelpearbeidere får hjelpe sikkert, for på den måten å bidra til å redde liv og skape verdige liv over hele verden.

Har du en hilsen til jubilanten? Tusen takk til alle dere frivillige og alle dere ansatte som med kompetanse, kunnskap, opplæring, trening og tilstedeværelse er i beredskap og dekker humanitære behov. De behovene som alltid er der, dere ser nye endringer i samfunnet og stiller opp for de aller mest sårbare. Ved å bruke av deres tid og ved å bry dere.

RØDE KORS-PRINSIPPENE

Humanitet

Upartiskhet

Nøytralitet

Uavhengighet

Frivillighet

Enhet

Universalitet



JONAS GAHR STØRE

Generalsekretær 2003-2005

Hva var ditt første møte med Røde Kors? Mitt første møte med Røde Kors er at jeg var født på Røde Kors klinikken i Oslo. Senere var det i møte med Røde Kors hjelpekorps i fjellet hvor Røde Kors hadde påskeberedskap. Så jeg forbinder fjellvettreglene veldig med Røde Kors. Så har jeg gjennom jobben min som statsminister sett internasjonalt hvor utrolig viktig Røde Kors er. Og de er der når lysene og kameraene slås av, da er det ofte Røde Kors som er til stede og gjør den tunge jobben.

Hvordan vil du beskrive 160-åringen? Jeg kan liste opp mange sterke ord: vital, sterk, profesjonell, tilpasningsdyktig med stor evne til omstilling. Jeg kalte dere gjerne en sporhund i velferdssamfunnet vårt; dere ser, avdekker hindrer og lindrer nød, dere ser hvor det er en utfordring og utvikler forsøk som senere i Norges historie er blitt til universelle ordninger. Behold det sterke arbeidet med utgangspunkt i verdiene som ligger under Røde Kors.

Hva er den viktigste oppgaven til Røde Kors i årene fremover? Det er mange viktige oppgaver. Fra de store kompliserte oppgavene der ute, som hjelp til Gaza, samarbeidet med Røde Halvmåne og hjem til oppgavene i våre hjemlige omgivelser. Jeg pleier å si at de som kjenner samfunnet best i normaltid kjenner det også best i utsatt tid. Og så merker jeg at dere er til stede for særlig unge mennesker som sliter med psykisk helse og ensomhet. Det er utrolig viktig det dere gjør – holdt fast ved det.

Har du en hilsen til jubilanten? Jeg liker dette ordtaket: «den beste medisinen du kan gi et menneske er et annet menneske». Det var det Røde Kors' Jens Meinich som sa i sin tid. Det sterke for meg som rødekorser og tidligere generalsekretær er i møte med frivilligheten. Vern om nøytraliteten som er en av kjerneverdiene våre.

Som Henry Dunant sa: «Vi kjenner ikke venn eller fiende, vi kjenner bare ofre».



VIL DU HØRE HELE HISTORIEN OM HVORFOR RØDE KORS BLE GRUNNLAGT:

Last ned lydboken "Minner fra Solferino", skrevet av grunnleggeren av Røde Kors, Henry Dunant, i 1859. Lest av Kåre Conradi.



Ny generalsekretær i en ny tid

– Verden synes ikke å forstå sitt eget beste

– Jeg tror enhver som har gått inn i denne rollen før meg har sagt akkurat det samme, at «nå trengs Røde Kors mer enn noensinne». Jeg sier det jeg også, men mener sterkt at det aldri har vært så sant som det er nå.

Tekst: **Marianne Wellén**
Foto: **Ingeborg Øien Thorsland**

Røde Kors har fått ny generalsekretær. Med solid ledererfaring overtar Grete Herlofson som øverste leder for Norges største frivillige humanitære organisasjon.

– Hvorfor takket du ja til jobben?

Grete Herlofson kommer fra stillingen som generalsekretær i Redningselskapet, en rolle hun har hatt siden 2022. Før det ledet hun Norske

– Å få muligheten til å bli generalsekretær er både et stort ansvar og et stort privilegium. Det er det mest meningsfulle jeg kan bruke tiden min på, sier Grete Herlofson.

Kvinner Sanitetsforening, og hun har tidligere hatt en rekke sentrale roller i Røde Kors, blant annet som avdelingsdirektør og stedfortredende generalsekretær.

– Etter 16 fantastiske år i dette huset var det med sorg jeg gikk ut døren for 11 år siden. Det var mitt eget valg, men Røde Kors slapp aldri taket og jeg er utrolig glad og takknemlig for å være tilbake, sier hun.

– Å få muligheten til å bli generalsekretær er både et stort ansvar og et stort privilegium. Dette fellesskapet og det humanitære formålet til Røde Kors er det mest meningsfulle jeg kan bruke tiden min på. Som sagt hadde jeg 16 fantastiske år i dette huset og traff folk som ga meg muligheter, tillit og utfordringer.

Åpnet opp for overnattingstilbud

Noen av utfordringene Grete fikk, og som hun var en viktig pådriver for å få gjennomført, var å utvikle aktiviteter for de mest sårbare i samfunnet. Aktiviteter som fortsatt står.

– I 2009 etablerte vi helsesenteret for papirløse migranter, i 2010 startet vi Trandum besøkstjeneste, der frivillige besøker utlendinger uten oppholdstillatelse og som venter på å sendes ut av landet.

I 2013, da det var stor pågang av fattige tilreisende, sto Grete først i døren og åpnet konferansesalen på hovedkontoret i Oslo for å gi et overnattingstilbud til de som ikke hadde noe sted å sove i den verste vinterkulden.



Tilbake i Røde Kors. Her møter hun ansatte i kantinen første dag i ny jobb.

– Da fylte vi salen med rundt 60 flatsenger for å sikre verdighet og trygghet. Det var så fint å kunne gjøre en forskjell, forteller hun.

Du har en lang ledererfaring bak deg – hva tar du med deg inn i Røde Kors?

Den nye generalsekretæren har stort sett vært leder siden hun startet jobblivet sitt. På ulike nivå og litt til og fra. Allerede som 23-åring ledet hun en pizzasjappe på Egertorget i to år med 30 ansatte, de fleste på samme alder som henne.

– Det var en fin erfaring, jeg var både leder, omsorgsperson og venninne, sier hun og forteller at som leder er hun opptatt av å sette retning, vise vei, heie, bekrefte og forsøke å skape oppslutning ved å involvere, motivere og engasjere, ramser hun opp og legger til:

– Jeg vet at jeg ikke kan forvente at alle elsker meg til enhver tid. Men hvis man oppfører seg ordentlig hjelper det ofte godt. Min erfaring er at da vil folk gå sammen med deg.

Røde Kors trengs mer enn noensinne

– Verden synes ikke å forstå sitt eget beste. Vi skulle ha kommet så mye lengre enn dette. Vi skulle ikke vært i en situasjon hvor vi må bruke ressurser på militær opprusting. Folkeretten brukte å være vårt fremste forsvar, ikke våpen. Humanitære verdier skulle respekteres og råde verdensorden. Dessverre er vi i dag langt fra dette, derfor trenger vi Røde Kors mer enn noensinne, forklarer hun.

Det er flere nye utfordringer i dag enn da Grete jobbet i Røde Kors for 11 år siden. Klimaendringer, sosial ulikhet og økende psykisk uhelse krever nye måter å tenke beredskap og forebygging på.

– Mange i Norge sliter i stillhet, og vi må være der – både med praktisk hjelp og et medmenneskelig blikk. Samtidig må vi fortsette å stå støtt i internasjonale kriser. Røde Kors er en global bevegelse, og vi må aldri glemme hvorfor vi er her: for å avdekke, hindre og lindre nød og beskytte liv, understreker hun.

Navn
Grete Herlofson

Alder
56 år

Familie
Gift med Petter, tvillingene Karen og Marte på 22 år

Utdanning
Handelshøyskolen BI, Forsvarets høyskole

Tidligere stillinger
Generalsekretær i Redningselskapet, Generalsekretær i Norske Kvinner Sanitetsforening, Avdelingsdirektør i Norges Røde Kors

Aktuell
Ny generalsekretær i Norges Røde Kors

Røde Kors som nøytral tredejepart

– Overleveringene må skje på en trygg og human måte

Vi ser det på nyhetene. En kolonne Røde Kors-biler som kjører gjennom folkemengde på Gaza for å overføre fanger eller gisler. En rekke menn som går ombord i Røde Kors-merkede fly på vei hjem til Jemen. Eller barn på vei hjem etter å ha blitt adskilt fra familiene sine i Kongo.

Tekst: **Truls Brekke**



Løslatte og repatrierte personer går ombord i et ICRC-fly på Marib lufthavn. Operasjonen skjer under tilsyn av ICRC, i forbindelse med konflikten i Jemen i 2023.

Foto: Hisham Abdullah, Jemen Røde Kors

Hvorfor er Røde Kors involvert i fangeutveksling?

– Dette arbeidet er fundert på konseptet om å være en nøytral tredjepart. For det første gir Genèvekonvensjonene oss en rolle i å besøke internerte og folk i fangenskapene, og se til at de har kontakt med familier, og at de soner i humane forhold. Og hvis de skal løslates og overleveres, se til at det gjøres på en verdig og human og trygg måte, forklarer Ola Ulmo, nestleder for internasjonale operasjoner i Røde Kors i Norge. Han har i en årrekke jobbet for Det internasjonale Røde Kors (ICRC), og har deltatt på utveksling av krigsfanger i Syria, Sør-Sudan og det okkuperte palestinske området.



Ola Ulmo, nestleder for internasjonale operasjoner i Røde Kors i Norge.

Hva innebærer det?

– Vi er ikke ansvarlig for å forhandle, men som tilrettelegger bidrar vi ofte. Vi tilbyr oss å informere partene når det gjelder aspekter knyttet til de rettighetene som de berørte menneskene da har under folkeretten. I rollen som observatør rapporterer vi til partene i konflikten hvis ting ikke går som avtalt. Og som operatør er vi med på å gjennomføre selve løslatelsen, altså den fysiske overleveringen av fanger eller levninger, det vi ser i media. Det innebærer å ha helsepersonell til stede og å ha kontinuerlig dialog med partene som har inngått avtalen om å utveksle krigsfanger og fanger. Gjennom dialogen med partene kan vi informere om eventuelle utfordringer som oppstår og bidra til at oppdraget gjennomføres på en trygg måte.



I september 2016 ble 17 kister med menneskelige levninger overlevert til familiene deres i Georgia, 24 år etter konflikten i Abkhazia i 1992-93. Likene hadde blitt undersøkt og identifisert under ledelse av ICRC.



Karlovac i Kroatia. Utveksling av fanger mellom den føderale jugoslaviske hæren og kroatiske myndigheter under ICRCs ledelse.



Utteksling mellom britiske og italienske soldater. Bildet er tatt i Izmir i Tyrkia, under andre verdenskrig i 1943.



Sårede iranske krigsfanger venter i skyggen av flyet på overføring til Teheran på Larnaka lufthavn på Kypros, etter krigen mellom Iran og Irak i 1979-1989. ICRC organiserte denne operasjonen i nært samarbeid med myndighetene med myndighetene på begge sider.

Hva må dere passe på under overleveringen?

– For det første må vi møte alle på tomannshånd før løslatelsen og overleveringen skjer. Det er for å forsikre seg om identiteten til den som skal løslates, og informere dem om hva som er planlagt skal skje. Samtidig må vi undersøke om de eventuelt har helseproblemer som gjør at det kan være vanskelig å gjennomføre oppdraget. Men vi må også sikre samtykke til å bli løslatt og overlevert. Det er ikke alle som ønsker en slik utveksling, selv om det er mulig. For eksempel så man under andre verdenskrig at tilfangetatte som ble løslatt risikerte å bli skutt av sine egne når de kom tilbake.

Hvorfor er det også viktig å sørge for at levninger-ne til døde sendes tilbake?

– Det er jo viktig først og fremst for familien til den som er berørt. Det har med kultur og religion å gjøre, men også av grunnleggende, humanitære hensyn. Det er ikke noen grunn til å holde tilbake levninger etter personer, enten på slagmarka eller i fangenskap.

Røde Kors får overlevert kroppene og transporte-

«Vi må også sikre samtykke til å bli løslatt og overlevert.»

Ola Ulmo

rer dem over frontlinjen eller over til dit de skal. Vi har klare retningslinjer og ekspertise når det gjelder hvordan man skal håndtere og ta vare på levninger. Det å identifisere døde er ikke vårt oppdrag. Men hvis den ene parten har informasjon, enten om hvor de befinner seg, eller kjennemerker som kan hjelpe i identifiseringsarbeidet, kan ICRC bidra til å overføre den informasjonen.

Du har selv vært med på dette flere ganger. Hva må man følge ekstra med på?

– For eksempel i Syria var jeg flere ganger med på slike oppdrag. Du møter jo ofte folk som har levd i en litt annen verden enn du selv. Ofte, i hvert fall ut fra min erfaring, har de sittet i fangenskap ganske lenge. Når det plutselig er en avtale mellom parter, så er det ikke sikkert at de som skal overleveres vet om det. Det er derfor det er viktig at vi møter folk på tomannshånd før en overlevering og at løslatelse skjer, slik at vi prøver å forstå hvordan de har forstått situasjonen. Informere om det som er avtalt, og få deres samtykke. Det er kanskje det sterkeste inntrykket.

Seksuell vold

Å redusere stigma betyr å redde liv

I flere krigsrammede land oppleves stigma etter seksuell vold som nesten like ødeleggende som selve volden. Et Røde Kors-program i Etiopia førte til at antall som søkte hjelp ble femdoblet.

Tekst: **Alessandra Nervi og Truls Brekke**

Mange steder er det å bli identifisert som offer eller overlevende av seksuell eller kjønnsbasert vold en «sosial død. Stigma forsterker volden mot ofre, og splitter familier ved å tvinge dem til å velge mellom sine kjære og sosial aksept. Som et resultat glemmer ofre seg, unngår å søke livreddende medisinsk hjelp og mister tilgangen til sine sosiale støttenettverk, hjem og levebrød.

Bedre å være død enn levende

– Et forferdelig eksempel her i Etiopia så vi etter krigen i Tigray som raste fra 2020 til 2022. En gruppe overlevende etter seksuelle angrep orket ikke å leve med det de hadde opplevd, og bestemte seg for at «det var bedre å være død enn levende», og druknet seg. Det viser hvor dypt forankret stigmaet for overlevende er i mange land og kulturer. Holdninger som legger skylden på offeret ble normalisert, sier

Fakta

Seksualisert og kjønnsbasert vold (SGBV) er utbredt overalt, og kriser av alle slag forverrer allerede eksisterende overgrepsmønstre. Data bekrefter at vold mot kvinner/jenter er endemisk i alle land og kulturer, og forårsaker skade på millioner av kvinner og deres familier. Globalt vet vi at én av tre kvinner/jenter er rammet av vold, og det erkjennes i økende grad at også menn, gutter og seksuelle og kjønnsminoriteter blir ofre for seksuelt misbruk og vold. SGBV er et «folkehelseproblem av pandemiske proporsjoner», uttalte Verdens Helseorganisasjon (WHO) i 2022.



Opplæring av lokale aktørene i hvordan man kan snakke om stigma i lokalsamfunn og hvordan man kan støtte ofre av SGBV.

Alessandra Nervi, som er seniorrådgiver beskyttelse, i Røde Kors.

Stigma er en viktig barriere for ofrenes mulighet til å få tilgang til tjenester som er avgjørende for deres restitusjon i trygge og sikre omgivelser. Men det finnes håp og hjelp.

– Røde Kors i Norge støtter utvikling av verktøy og metodikken for at nasjonalforeningene kan jobbe med å redusere stigma. I Etiopia økte antallet overlevende som søkte helsehjelp fra 1.000 til over 5.000 i løpet av ett år etter at tiltakene ble iverksatt i lokalsamfunnet, forteller Nervi.

Sammen for å bekjempe stigmatisering

I november møttes nasjonalforeninger fra Etiopia, Syria, Iraq, Somalia, Sudan, Sør-Sudan, Nigeria i Addis Abeba for å lære mer om hvordan de kan bekjempe stigmatisering av ofre for seksuell og kjønnsbasert vold og hvordan Røde Kors-foreninger kan jobbe sammen med innflytelsesrike personer i lokalsamfunnene.

– Lokale Røde Kors-foreninger kan i samarbeid med lokale ledere som politi, religiøse myndigheter og helsepersonell, nå ut og skape forståelse for behovene til menn og kvinner og barn som har vært utsatt for overgrep. Takket være denne metodikken har tilgangen til livreddende støtte for ofre økt, sier Nervi.



Alessandra Nervi er seniorrådgiver beskyttelse i Røde Kors.

En ballong og et øyeblikk med lek gir Juwan et pusterom fra krigens hverdag.

Barna betaler prisen

Ett av seks barn i verden lever i et land med krig og konflikt

Røde Kors gir livreddende nødhjelp til mange av dem. Bak hvert reddet liv står leger, sykepleiere og frivillige som aldri gir opp.

Tekst: **Morten Ødegaard**
Foto: **Hisham Mhanna/ICRC**

Fra Sudan til Syria, fra Ukraina til Gaza lever mennesker i frykt, på flukt og uten tilgang til det mest grunnleggende. Som alltid er det barna som er hardest rammet. Heldigvis finnes det glimt av håp.

Hver dag, hele året, er Røde Kors og Røde Halvmåne til stede der behovet er størst, og gir livreddende helsehjelp til barn i krig og konflikt.

Bare ved Røde Kors' feltsykehus i Rafah har over 160.000 mennesker fått hjelp i år.

Et lyspunkt på Gaza

Etter to år med krig på Gazastripen ble pausen i kamphandlingene et etterlenget lyspunkt. Selv om våpenhvilen er skjør, vil nødhjelpen kunne nå lettere fram, og familier som har blitt adskilt kan komme sammen igjen. For første gang på lenge forteller Røde Kors' medarbeidere om smil de ikke har sett på måneder. Likevel er situasjonen kritisk, og behovene enorme.

– En varig våpenhvile vil kunne redde mange liv.



«En varig våpenhvile vil kunne redde mange liv.»

Jørgen Haldorsen, utenlandssjef i Røde Kors i Norge

Men etter to år med krig er behovene enorme. Det vil ta tid å dekke selv de mest umiddelbare behovene, sier Jørgen Haldorsen, utenlandssjef i Røde Kors.

Et folk på flukt i to år

Store deler av Gaza ligger i grus. Bruken av høyeksplosive våpen og stadige luftangrep har ødelagt store deler av infrastrukturen. Helsevesenet er nær kollaps, og flere sykehus står uten strøm, vann og medisiner. Nesten hele befolkningen har måttet flykte gjentatte ganger. I månedsvis har folk levd i telt og midlertidige leirer, uten nok mat, rent vann eller toaletter.

– Nå er det viktig å få forsyninger inn og nødhjelp helt fram til de som trenger det, på en trygg måte, og få gjenopprettet kritisk infrastruktur. De humanitære behovene er av et så enormt omfang at det vil ta lang tid å dekke bare de mest akutte, uttalte Haldorsen i oktober.

Feltsykehuset i Rafah har reddet tusenvis av liv

Siden åpningen i mai i fjor har Røde Kors' feltsykehus i Rafah gjennomført mer enn 160.000 konsultasjoner, over 9.500 kirurgiske inngrep og tatt imot mer enn 680 nyfødte barn.

– Legene og sykepleierne jobber på grensen av hva som er mulig. De mangler utstyr, sover lite og lever med konstant fare, men oppdraget kommer alltid først, fortalte en av medarbeiderne ved sykehuset.

Nesten hver dag i hele 2025 har nye pasienter

Foto: Sarah Davies / ICRC



Etter uker med sykdom er Ghada endelig på bedringens vei.



Yazan (11) ble truffet av splinter på vei til bestemoren. Nå får han omsorg og ro ved feltsykehuset.

kommet med alvorlige skudd- og splintskader. Mange av dem er barn.

Malik stod for første gang. Så kom bomben

Seks måneder gamle Malik er en av dem som har fått hjelp. Den lille gutten hadde akkurat lært seg å stå på bena da han ble hardt skadet i en eksplosjon. Luftangrepet tok livet av onkelen hans og etterlot Malik med et knust bekken og dype splintskader i bena. På feltsykehuset fikk han livreddende behandling.

En seksårings drøm lever videre

Blant pasientene var også seks år gamle Juwan, som mistet moren og søsknene sine i et luftangrep. Selv ble hun alvorlig skadet og måtte amputere flere tær. Utenfor feltsykehuset satt hun ofte og tegnet.

– Hun fortalte at hun liker å blåse såpebobler, og at hun drømmer om å bli lege en dag, forteller en av de ansatte.

Truffet av splinter på vei til bestemor

Yazan, 11 år, var på vei til bestemoren sin med nybakt brød da bomben eksploderte. Metallsplinter trengte seg inn i huden, og han ble raskt brakt til feltsykehuset.

– Jeg trodde jeg hadde mistet gutten min, forteller moren, som løp i flere kilometer til fots da hun fikk høre om angrepet.

– Da jeg så ham på sykehuset, kunne jeg endelig puste igjen.



Dag for dag blir Malik sterkere. Små fremskritt betyr alt.

Mange syke barn etter måneder i telt

Tre år gamle Ghada ble innlagt med kraftige magesmerter, feber og oppkast. Etter måneder i et telt med kun skittent vann og nesten ikke mat å spise, fikk hun en betennelse i mage- og tarmkanalen – en sykdom som kan være dødelig for små barn.

På sykehuset fikk hun riktige medisiner og intravenøs behandling.

Etter hvert som hun kom seg, fikk hun en liten pakke med fargeblyanter, tegneark og ballonger. Små, men betydningsfulle gaver som har gitt pusterom til barna som lever i en hverdag preget av frykt og smerte.

Et glimt av håp

Etter to år med konstant frykt er håpet om en varig fred en etterlenget følelse. Ved feltsykehuset i Rafah har stemningen vært annerledes etter våpenhvileavtalen.

– Alle er håpefulle og glade. Jeg ser smil jeg ikke har sett på lenge, sier Per Olav Stange, tekniker ved feltsykehuset.

Selv om det finnes lyspunkter på Gaza, er behovet fortsatt enormt. Samtidig pågår det fortsatt brutale konflikter i andre deler av verden.

Over hele verden gir Røde Kors alt for å hjelpe barn og familier fanget i krig. Bak hvert reddet liv står leger, sykepleiere, ambulansarbeidere og frivillige som aldri gir opp. Med din støtte kan de fortsette. Gir du litt, kan vi gi alt.

«Alle er håpefulle og glade. Jeg ser smil jeg ikke har sett på lenge.»

Per Olav Stange, tekniker ved feltsykehuset

GIR DU LITT, KAN VI GI ALT

Vipps 2272



Leksehjelp

Fra mestring til muligheter

Klokken er litt over fire på Fellesverket i Oslo sentrum. Ungdommene sitter klare med bøker, kalkulatorer og datamaskiner mens frivillige villig deler av sin kunnskap.

Tekst: **Annika Aarstad** Foto: **Morten Ødegaard**

Det summer lavt i rommet. Noen diskuterer lavt, andre gnir seg i panna i frustrasjon, før blikket plutselig lyser opp og brikkene faller på plass. For mange er dette mer enn et sted å gjøre lekser. Det er et sted å høre til, finne ro og oppleve mestring.

– Jeg så en plakat på vei til jobb en dag i 2003. Siden den gang har jeg vært her jevnlig. Jeg har alltid likt matte og fysikk, og her møter jeg ungdom og mennesker jeg ellers aldri ville møtt. Det gir meg mye, forteller Knut som er frivillig leksehjelper.

Et tilbud som vokser

Fire ettermiddager i uka, fra klokken 15 til 20, er dørene åpne for ungdom mellom 13 og 25 år. Så langt i år har over 350 ungdommer vært innom, med mer

«Ofte er det lettere å få hjelp her enn hjemme. Foreldrene våre kan ikke forklare på samme måte.»

Noah

enn 2200 besøk. Mange kommer fast, uke etter uke, og blir sittende helt til stengetid.

Ungdom med store ambisjoner

Noah og kameraten Esrom har brukt leksehjelpen siden de gikk i niende klasse. De kommer to ganger i uka for å få hjelp med matte, fysikk og historie.

– Ofte er det lettere å få hjelp her enn hjemme. Foreldrene våre kan ikke forklare på samme måte, sier Noah.

Esrom nikker. – Her får vi en sjanse til å forstå fagene. Uten leksehjelpen ville det tatt mye lenger tid å lære alt vi må for å få gode karakterer.

Det handler om fremtiden

De to er tydelige på hvorfor de legger ned timene.

Esrom og Noah er ofte på leksehjelp sammen, etter skolen.

Noah drømmer om å bli tannlege, mens Esrom vil studere økonomi.

– For oss handler det om fremtiden, sier Noah.

Frivillige som brenner for å bidra

Bak tilbudet står en stor gruppe frivillige med ulike bakgrunn. Studenter, pensjonister, lærere og ingeniører. Felles for dem er gleden og ønsket om å bidra. En av dem er Knut (75). Han har vært leksehjelper i mer enn 20 år.

– Jeg så en plakat på vei til jobb en dag i 2003. Siden den gang har jeg vært her jevnlig. Jeg har alltid likt matte og fysikk, og her møter jeg ungdom og mennesker jeg ellers aldri ville møtt. Det gir meg mye, forteller han.

– Jeg vet hvor mye dette betydde for meg. Nå vil jeg gi noe tilbake. Det er en spesiell følelse å forklare noe, og se at lyset går opp for en ungdom, sier Monem.

Fra elev til frivillig

Historien til Monem viser hvor stor forskjell lekse-



For mange ungdommer er leksehjelpen blitt et fast holdepunkt i hverdagen.



Kjell, som er frivillig leksehjelper, hjelper Esrom med en vanskelig oppgave.



Monem fikk hjelp av Knut til skolearbeidet da han gikk på skolen. I dag er de begge leksehjelpere og trives med å dele av kunnskapen sin.



**LES MER OM
LEKSEHJELP**

hjelpen kan gjøre. Som tenåring fikk han selv hjelp av Knut, da han oppsøkte Leksehjelpen. I dag har han doktorgrad i fysikk og er selv blitt leksehjelper.

– Jeg vet hvor mye dette betydde for meg. Nå vil jeg gi noe tilbake. Det er en spesiell følelse å forklare noe, og se at lyset går opp for en ungdom, sier han.

Han husker spesielt en gruppe enslige mindreårige flyktninger han fulgte opp for noen år siden. I ettertid har han møtt flere av dem på universitetet, og det gir han glede å se at de har tatt kunnskapen videre og bygget seg en fremtid. Han legger til:

– Jeg tror rett og slett mange av de ikke hadde hatt muligheten til å gå på skole og ta utdanning uten tilbudet til leksehjelpen.

Mer enn lekser

For mange ungdommer er leksehjelpen blitt et fast holdepunkt i hverdagen. Her får de ikke bare faglig hjelp, men også et miljø der de blir sett og tatt imot.

– Det gir meg like mye som det gir ungdommene, forteller en av de frivillige.



Guttene Javad og Foad er på helseklinikker for å få hjelp til hver sine ting. Javad skal fjerne gipsen han har gått med i flere uker, og lillebror skal utredes for underernæring.

Helsetilbud skaper trygghet for familier

Brødrene Javad og Foad kom tilbake til Syria for et halvt år siden. Moren har allerede flere ganger tatt med barna til Røde Kors sitt helsetilbud i området der de bor.

Tekst og foto: **Olav A. Saltbones**

Etter 14 år med krig og konflikt er store deler av landet ødelagt og millioner har flyktet, både i landet og ut av Syria. Nå vender flere tilbake og lokale helsetilbud er med å skape trygghet for både barn og voksne.

De to brødrene er blant de som nylig har kommet tilbake til Aleppo etter at familien flyktet til nabolandet Libanon da han eldstemann Javad, som nå er 9 år, var kun ett år gammel. Lille-

«Her tar vi imot rundt 300 pasienter hver dag.»

Dr. Rama Kassar

bror Foad er 5 år, og ble født i Libanon.

Faren bor fremdeles i Libanon, hvor han jobber som mekaniker. Det er vanskelig å finne jobb i Syria nå. På helseklinikken kommer de to brødrene sammen med sin mor og bestemor. Javad skadet hånden på skolen, da den kom i klem i en dør. Han skal nå fjerne gipsen. Det har han egentlig ikke lyst til, for da må han tilbake på skolen. Ettersom han aldri gikk på skole i Libanon, går han nå i første og andre klasse samtidig, i et forsøk på å ta igjen det han har gått glipp av.

Moren forteller at minstegutten Foad fortsatt bruker de samme klærne som han gjorde da han var 2 år. Han skal utredes for underernæring av legene på helseklinikken.

Helseklinikken Al-Sakhour er en av helseklinikkerne Syrisk Røde Halvmåne driver med støtte fra Røde Kors i Norge. Klinikken ligger i utkanten av Aleppo by og har årlig over 70.000 konsultasjoner. Her tilbys gratis helsehjelp til pasienter fra et stort område.

Tar imot 300 pasienter hver dag

President i Røde Kors, Siri Hatlen, besøkte i midten av oktober Syria, og helseklinikken i Aleppo.

– Jeg har snakket med flere av pasientene her, og de er utrolig takknemlige for den hjelpen de får. At de får gratis helsehjelp betyr veldig mye for folk her, sier Hatlen. Det er første gang hun besøker Syria og



Syrisk Røde Halvmåne tilbyr gratis helsetjenester på deres helseklinikker. På Al-Sakhour-klinikken i Aleppo kommer rundt 300 pasienter hver dag.



President i Røde Kors Siri Hatlen besøkte Syria for første gang, og møtte pasienter som var glade for å kunne få gratis helsehjelp.

arbeidet Røde Kors støtter der.

– Jeg var forberedt på at de skulle være store ødeleggelser. Men ødeleggelserne er mye større enn jeg kunne se for meg på forhånd, forteller hun.

Dr. Rama Kassar er helsekoordinant for Syrisk Røde Halvmåne i Aleppo, og forteller at helsetilbudet betyr mye for folk i området.

– Her tar vi imot rundt 300 pasienter hver dag, forteller hun.

Tarek Baaj er helsedirektør i Syrisk Røde Halvmåne.

«Jeg var forberedt på at de skulle være store ødeleggelser. Men ødeleggelserne er mye større enn jeg kunne se for meg på forhånd.»

Siri Hatlen



Foad blir undersøkt av legen Oroba Hammami Sladen mens storebror Javad følger nøye med.

– I område denne helseklinikken dekker, bor det rundt en halv million mennesker. Mange kommer nå tilbake etter å ha bodd i andre deler av Syria eller andre land. Det at helsesenteret finnes, bidrar til at det er trygt for folk å komme tilbake, sier han.

Det to brødrene forlater helseklinikken sammen med deres mor og bestemor. Hjemme venter bestefar som er blind. Hvordan fremtiden deres blir, er det ingen som vet. Men en ting er sikkert. Begge brødrene drømmer om å bli fotballspillere når de blir store.

RØDE KORS I VERDEN



Foto: Clarisse Smith/Jamaica Røde Kors

JAMAICA

1,5 millioner mennesker ble rammet

Den tropiske syklonen Melissa er den kraftigste som har rammet noe sted på kloden i år.

1 Den traff Jamaica med full styrke med vindkast opp mot 285 km/t, og førte med seg store materielle ødeleggelser, flom og jordskred. I løpet av bare ett døgn falt 1000 millimeter nedbør - såvidt mindre enn det som faller i Bergen i løpet av et halvt år.

1,5 millioner mennesker ble rammet direkte, og noen steder var ødeleggelsene nærmest total. To tredjedeler av Jamaicas befolkning mistet strømmen, veier og broer ble ødelagt eller oversvømt veier, telekommunikasjon og internettet var nede. I byen Black River sto 90 prosent av alle hus uten tak etter stormen.

– I forkant av syklonen etablerte Røde Kors sammen med lokale myndigheter over 900 nødsentre over hele øya, for å gi ly til de som måtte evakueres. Frivillige og ansatte bisto med informasjon, og sørget for trygg transport for de som måtte evakueres fra de mest utsatte områdene, forteller Håkon Jakob Røthing, som er leder for Røde Kors’

internasjonale operasjoner.

Jamaica Røde Kors, med støtte fra Den internasjonale Røde Kors-føderasjonen (IFRC), forhåndsplasserte også nødhjelpsutstyr flere steder, basert på erfaringer fra tidligere sykloner, blant annet nødlø, førstehjelpsutstyr, hygieneartikler, rent vann, presenninger og tepper.

Samtidig var mer enn 400 frivillige hjelpemannskaper i beredskap med kommunikasjonsutstyr, transportmidler og sikkerhetsutstyr. De ble raskt satt inn i søk- og redningsarbeid, samt drift av nødsentre. Innsatsen ble avgjørende for å beskytte de mest sårbare i befolkningen.

– Svært mange fikk hjemmene sine ødelagt. Røde Kors sørget for at 15.000 mennesker fikk akuttovernatting første natten. De trengte et trygt sted å være - særlig familier med barn, hvor de fikk en seng, mat, vann og toalett, sier Røthing.

FINLAND

Statuer får nye klær

I Finland er Nälkäpäivä-innsamlingen en like godt etablert tradisjon som TV-innsamlingen er i Norge.

2 Finnene dropper middag én dag, og gir pengene til Røde Kors’ arbeid mot sult. For å skape blest rundt årets innsamling fikk kjente og kjære skulpturer over hele Finland nye klær i oktober. Her er det “Toripolliisi”, eller markedspolitimannen, i Oulo som er pyntet til fest!



Foto: Finnsk Røde Kors

Foto: Chayda Abu Saman/RKC



GAZA

Drømmebussen sprer glede på Gaza

Når Drømmebussen kjører opp til hovedporten til Røde Kors’ feltsykehus i Rafah, vokser smilene på barna.

3 Drømmebussen er en dekorert ambulanse lastet med spill, leker og kunstmateriell. I noen timer kan barna se tegnefilmer, leke med dukker, tegne og le, og «få øyeblikk til å bare være barn igjen» som Eman Ayyash uttrykker det. Hun er en av de frivillige fra Palestinsk Røde Halvmåne (PRCS) som gir de yngste pasientene en mulighet til å glemme verk og smerter, om enn bare for en liten stund.

Barn under 18 år utgjør mer enn en tredjedel av pasientmengden på feltsykehuset. De kommer inn med kutt, brukne bein, urolig mage, men også med mentale og emosjonelle skader de har pådratt seg ved å leve i mer enn to år i krig og kaos.

ETIOPIA

– Vann er liv. Det er livet mitt.

Tigray-konflikten i Etiopia varte i to år.

4 Den etterlot seg en humanitær krise som fortsetter å prege millioner av liv. For eksempel ødela konflikten flere vannpunkter.

– Vi hadde ikke annet valg enn å gå langt bort for å hente skittent vann. Barn kom seg ikke på skolen og vi ble syke, sier forteller Nigisti.

På litt over ett år har Etiopisk Røde Kors nå gitt tilgang til rent vann til over 30.000 mennesker.

– Rent vann er nå tilgjengelig for oss, takket være Røde Kors. Familien vår kan drikke trygt og vi trenger ikke lenger å frykte den farlige reisen for å hente vann, sier Nigisti.



Foto: Etiopia Røde Kors



Fant sitt kall i Røde Kors

Når Tullik Torsrud (82) fra Bagn ser tilbake, er det ett øyeblikk som endret livet hennes: Et bank på sykehusdøra på Lillehammer i 1979.

Tekst: **Annika Aarstad** Foto: **Ingeborg Øien Thorsland**

Vi møter henne på Seniorferie på Røde Kors-senteret Merket i Valdres. Etter mange år i tjeneste hos Røde Kors er det hennes tur til å benytte seg av tilbudet til seniorer.

– Jeg hadde to små barn hjemme og lå på sykehuset. Jeg følte meg ensom og maktesløs. Så kom det inn ei dame fra Røde Kors besøkstjeneste og spurte om jeg ville prate. Vi fikk en god stund sammen. Den opplevelsen gjorde så sterkt inntrykk at jeg bestemte meg: Hvis vi får besøkstjeneste i Bagn, skal jeg være med, forteller Tullik.

Allerede året etter, i 1980, var Sør-Aurdal Røde Kors i gang. Tullik var blant initiativtakerne. Siden har hun vært en bauta i lokalforeningen.

Fra én-til-én-besøk til kaffekrok og sang

I starten handlet det om én-til-én-besøk til mennesker som satt alene. For Tullik ble det starten på lange vennskap.

– Jeg fulgte mine første besøksvenner helt til sykehjemmet. Det var utrolig givende – både for dem og for meg.

I dag ser hverdagen annerledes ut. Aktivitetene har vokst og utviklet seg: Kaffekrok hver uke, sanggruppe på sykehjemmet, besøkstjeneste med hund og arrangementer som

rakfisksamling til jul og sommerturer til Merket.

– Jeg leder sanggruppa. Hver gang vi synger på sykehjemmet, starter vi med «Sangens glade tropp». Den setter stemningen.

Fellesskapet som gir styrke

Et gjennomgående tema i Tulliks fortelling er fellesskapet hun har opplevd.

– Gjennom Røde Kors besøkstjeneste har jeg fått mange bekjente, som har utviklet seg til vennskap. Vi har delt arbeidsoppgaver gjennom styrearbeid og diverse arrangementer. Det har gitt mye glede og moro. Det har rett og slett beriket livet mitt, sier hun.

Hun er opptatt av at dagens unge ikke må isolere seg.

– Den som bare sitter med telefonen, taper mye. Jeg vil si til ungdommene: Bli med i et lag eller en organisasjon der du bor. Du får fellesskap, nye venner og en god følelse inni deg. Det er så viktig.

Fra et bank på døra til et liv i tjeneste

Det er nå 45 år siden bankingen på sykehusdøra i Lillehammer. For Tullik ble det starten på et liv i Røde Kors.

– Det viktigste vi gjorde den gangen var å besøke dem som satt alene. Det er fortsatt det viktigste, sier hun.

Ildsjelen

Navn

Tullik Torsrud

Alder

82 år

Bosted

Bagn i Valdres

Aktuell

45 aktive år i Sør-Aurdal Røde Kors

FRA FLOM TIL FREMTID

Hawa mistet nesten alt da flommen rammet nordøst i Kenya. Med kontantstøtte fra Røde Kors og EU fikk hun et nytt levebrød – og troen på en lysere fremtid for barna.

Tekst: **Minttu-Maaria Partanen**
Foto: **Aki Kolehmainen**

Flommen kom om natten. Hawa Yussuf mottok en advarsel fra det kenyanske Røde Kors før vannmassene nådde landsbyen. Hun kunne imidlertid ikke lese meldingen, siden hun aldri hadde gått på skolen.

– Jeg var så redd. Vi sto i hjemmet vårt om natten, og vannet bare steg og steg. Jeg var redd for å miste barna mine og det ufødte barnet, sier Hawa.

Det var første gang Hawa opplevde at landsbyen ble rammet av flom, og hun visste ikke hva hun skulle gjøre. I tillegg var hun gravid og hadde to små barn.

«Jeg er redd for at det kommer en ny flom. Men nå føler jeg at jeg kan klare meg bedre enn før.»

Hawa Yussuf

Store ødeleggelser

Om morgenen nådde vannet opp til midjen. Frivillige fra Røde Kors vasset inn for å hjelpe landsbyboerne i sikkerhet. En slektning bar den førstefødte, mens Hawa selv tok med seg to år gamle Hussein.

Flommen ødela veggene og tok med seg husdyr og eiendeler. Som gravid var det tungt å vasse i det dype vannet og samtidig bære det lille barnet.

Hawa forteller at det ikke var noen veier, biler eller motorsykler igjen. – Jeg rakk bare å redde barnas fødselsattester, sier hun.

Klimaendringer gir mer flom

På slutten av 2023 flommet Tana-elven i Hola over i rekordfart. Samtidig hadde Røde Kors, med støtte fra EU, nettopp lansert et prosjekt for å forbedre varslingsystemene.

Tana-dalen er vanligvis et tørt område, men på grunn av klimaendringer rammes det nå stadig oftere av oversvømmelser i regntiden.

Nødhjelp og kontantstøtte

Flommene sprer seg også til nye områder, som Hawas landsby. Røde Kors tilbød nødhjelp som telt, mat, rent vann og kjøkkenutstyr. I til-

legg fikk Hawa kontantstøtte fra Røde Kors og EU, som kan deles ut ved kriser.

Kontanter gir familiene frihet til å kjøpe det de trenger mest, samtidig som pengene blir brukt lokalt og bidrar til å få fart på den økonomiske gjenoppbyggingen.

Ga nytt levebrød

Hawa mottok to kontantoverføringer til mobiltelefon sin. For pengene kjøpte hun tre geiter og begynte sammen med mannen sin å bygge et mer solid hus. Geitene fikk tre kje, som hun senere solgte. Med inntektene, samt den andre utbetalingen, begynte hun for første gang å dyrke mais og linser.

– Når jeg ser på livet mitt nå, er det bedre enn før. Når jeg får ekstra inntekter fra innhøstingen, vil jeg kjøpe storfe, så vi får enda flere muligheter. Jeg vil at barna mine skal få utdanning og et bedre liv, sier Hawa.

Fra avlingene de solgte kunne familien reparere huset og få fikset mannens motorsykkel. Dermed kunne han starte med bodaboda – motorsykkeltaxi – og gi familien en ekstra inntektskilde.

Et håp om en tryggere fremtid

For første gang har familien fått belysning i huset, drevet av solcellepanel. Dermed kan den eldste sønnen gjøre lekser om kvelden. På den måten kan han klare seg bedre på skolen og vil ha større utsikter til å få en bedre jobb når han en dag blir voksen.

– Jeg er redd for at det kommer en ny flom. Men nå føler jeg at jeg kan klare meg bedre enn før, sier Hawa.

Hawas historie viser hvordan kontantstøtte kan gi mennesker muligheten til å bygge seg opp igjen etter katastrofer – og skape håp om en tryggere fremtid for hele lokalsamfunnet.

«Jeg vil at barna mine skal få utdanning og et bedre liv.»

Hawa Yussuf



Ved hjelp av den forbedrede forsyningen klarte Hawa Yussuf å bygge et mer flomsikkert hus med solcellepanel på taket.



Hawa Yussuf investerte en del av kontantstøtten hun mottok i landbruket, som hun startet med for første gang i sitt liv. Takket være inntektene fra innhøstingen har hun vært i stand til å forbedre familiens levebrød.



Fem tips for å unngå at kompisen din får en kjip jul

Julen er en tid fylt med glede, samvær og varme tradisjoner. Eller er det alltid slik?

Tekst: **Einar Irjan Ananiassen**

For noen av oss er julen fylt med ensomhet, stress og følelsesmessig uro. Derfor er det viktig å være oppmerksom på de rundt oss, og ta grep for å tilby støtte og omsorg når det trengs. Det er ikke mye omtanke som skal til for at vi kan gjøre julen litt lysere for noen som sliter.

Bli med på «kompis challenge» denne julen!

Vi vil utfordre deg til å identifisere minst en person denne julen som du skal gi litt ekstra oppmerksomhet. Her er fem gratis tips til hvordan du kan være litt mer kompis for en som trenger det:

1 Vis oppmerksomhet og interesse

Vær bevisst på mennesker i din omgangskrets som kan oppleve julen som en tung tid. En telefon, melding eller invitasjon til en kaffekopp kan være nok til å vise at du bryr deg. Kanskje kjenner du noen som er alene, eller som har gått gjennom en tøff periode. Litt oppmerksomhet kan gjøre underverker.

2 Vær en god lytter

Hvis noen deler at de sliter, er det viktig å lytte uten å dømme eller komme med raske løsninger. Noen ganger er det nok å bare la den andre få uttrykke sine følelser og opplevelser. Anerkjenn følelsene deres, og vis forståelse for at julen kan være krevende.

3 Tilby hjelp og støtte

Mange opplever ekstra press i julen, både økonomisk og sosialt. Kan du tilby praktisk hjelp, som å handle inn mat, bake sammen, eller kanskje hjelpe til med juleforberedelser? Noen ganger kan små bidrag gjøre hverdagen lettere for de som føler seg overveldet.

4 Skap inkluderende rom

Hvis du har plass ved julebordet, inviter noen som kanskje ellers ville feiret alene. Julen trenger ikke handle om store, dyre feiringer. Det viktigste er fellesskap. Det kan være nok å invitere til en enkel middag eller et felles arrangement der man samles for å dele en hyggelig stund.

5 Blir du bekymret for noen, så spør

Vær oppmerksom på endringer i atferd hos venner eller familie. Er noen mer tilbaketrukkne enn vanlig, virker de deprimerede eller engstelige? Å spørre hvordan de har det kan være første skritt mot å gi støtte. Husk at det er bedre å spørre enn å la være.

Som du ser, det å ta vare på noen folk rundt deg, er ikke vanskelig. Det fine med disse triksene er at de også virker året rundt, ikke bare i desember.

Ikke glem deg selv

Mens vi er opptatt av å ta vare på andre, er det også viktig å huske på egen psykisk helse. Julen kan være en tid med høye forventninger og press. Pass på å sette av tid til egne behov og grenser. Snakk

med noen dersom du selv føler deg overveldet. Vær ærlig om hva du trenger for å ta vare på deg selv i denne hektiske perioden.

Om du selv sliter med tunge tanker i førjulstiden, husk at det er alltid hjelp å få. Du kan ringe for eksempel Kirkens SOS på 22 40 00 40 eller Mental Helse på 116 123.

En annerledes julefeiring

Husk at julen kan feires på mange måter. For noen kan det være viktig å gjøre noe annerledes, spesielt hvis julen bringer frem vanskelige minner eller følelser. Det er helt greit å lage nye tradisjoner som passer for deg eller dine nærmeste. Uansett hvordan man feirer, er fellesskap, omsorg og medmenneskelighet viktige ingredienser for å unngå "tidenes kjipeste jul".



Gi en julegave som redder liv



Julekaffe fra
Roverkaffe

179 kr



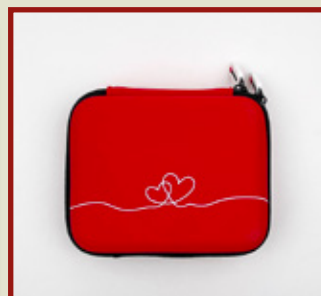
Egenberedskaps-
pakke

1199 kr



Gavekort

fra 175 kr



Førstehjelps-
skrin Mini

249 kr



Når du kjøper julegaver i vår nettbutikk, støtter du samtidig Røde Kors' viktige nødhjelpsarbeid.

KJØP ÅRETS JULEGAVER PÅ [GAVER.RODEKORS.NO](https://gaver.rodekors.no)