



HÅNDBOK FOR FELLESKAP OG FØRSTEHJELP

Norges Røde Kors
Postboks 1, Grønland
0133 Oslo, Norge

E-post: post@redcross.no
Hjemmeside: www.rodekors.no
Skrevet av: Carola Ruud

Denne håndboken testes frem til juni 2026. Vi er avhengige av tilbakemeldinger for å gjøre boken relevant og nyttig. Send inn tilbakemeldinger til carola.ruud@redcross.no

Innhold

Innhold	3
DEL 1	4
Innledning	4
Forord	5
Hvem er håndboken for?	6
Hvordan lese håndboken	6
Hva er Fellesskap og førstehjelp, og hvorfor finnes det?	6
DEL 2	8
Slik driftes Fellesskap og førstehjelp i fengsel	8
Roller i Fellesskap og førstehjelp	9
Ressursgruppen	12
Tre faser i den løpende driften	14
Rekrutteringsfasen	14
Opplæringsfasen	19
Godkjenning av frivillige	22
Aktivitetsfasen.....	26
Veiledning av lokalforeningen	29
Kurs og etteropplæring	30
DEL 3	31
Systemer for kvalitetssikring og trygg aktivitet	31
Hendelser der Røde Kors frivillige innsatte er involvert.....	32
Beskyttelse av innsatte og håndtering av bekymringer i Fellesskap og førstehjelp	37
Samarbeid på tvers av Røde Kors aktiviteter	41
Samarbeid med andre organisasjoner.....	43
DEL 4	44
Økonomiarbeid og søknad om midler	44
Grunnfinansiering.....	45
Søknad om midler i Røde Kors.....	45
Ekstern finansiering.....	46
Liste over aktiviteter	48

DEL 1

Innledning

Forord

Røde Kors sitt arbeid i fengsel er tuftet på samarbeid – mellom innsatte, Røde Kors frivillige, ansatte i fengselet, helseavdelingen, skoleavdelingen, Røde Kors lokalforening og Norges Røde Kors. Aktivitetene skjer innenfor rammene av kriminalomsorgen, men har sin styrke i frivillighetens fleksibilitet og nærhet til behovene som finnes i fengselet. Det finnes ikke én måte å organisere Fellesskap og førstehjelp på – tvert imot viser erfaringene at løsninger som formes lokalt og tilpasses hvert enkelt fengsel gir størst effekt.

Tusen takk til alle som har bidratt med innsikt, tid og engasjement – og ikke minst til alle frivillige innsatte som hver dag viser hvordan frivillighet kan forandre liv, både innenfor og utenfor murene.

Røde Kors vil rette en spesiell takk til Christine Børstad og Merethe Hiller som har vært med fra starten – og som med sitt engasjement, sin klokskap og urokkelige tro på dette arbeidet har vært avgjørende for at vi er der vi er i dag.



Jeg ble glad for at jeg ble gitt muligheter å hjelpe andre. Jeg blir lykkelig av å bidra der jeg kan, og av å hjelpe andre, samt møte nye mennesker.

- Røde Kors frivillig innsatt



Hvem er håndboken for?

Denne håndboken er utviklet for å være et verktøy og en støtte for Røde Kors frivillige, Røde Kors ansatte, ansatte i Kriminalomsorgen og andre som bidrar til Fellesskap og førstehjelp i fengsel. Den bygger på erfaringer og kunnskap fra pilot- og prosjektfasen til Fellesskap og førstehjelp, og skal bidra til å sikre at frivilligheten i fengsel skjer på en trygg og meningsfull måte.

Hvordan lese håndboken

Håndboken skal ikke være en fasit, men et oppslagsverk som kan brukes etter behov. Den skal gi støtte til både etablering, drift og videreutvikling av aktiviteter i fengsel, og bidra til å skape gode rammer for dialog, læring og fellesskap.

Det er utarbeidet en egen etableringsmal for Fellesskap og førstehjelp som kan benyttes når man skal igangsette tiltaket i et fengsel for første gang. Håndboken du nå leser skal støtte deg i hvordan det skal drives når det allerede er i gang.

Håndboken kan leses fra perm til perm, eller som et oppslagsverk der du kan gå direkte til kapitlene med informasjonen du trenger. Den er bygget opp ved at den i **del 1** forteller kort om bakgrunnen og målet med tiltaket. I **del 2** beskrives de ulike rollene i arbeidet, med deres ansvar og oppgaver. Deretter beskrives de tre fasene som utgjør selve driften av Fellesskap og førstehjelp – rekruttering, opplæring og aktivitetsfasen. I **del 3** beskrives alle systemene for kvalitetssikring, som beskyttelse, taushetsplikt og personvern. Deretter beskrives de økonomiske rammer for arbeidet i **del 4**.



Oppdatert versjon av håndboken vil ligge digitalt på [Korsveien.no](https://korsveien.no)

Korsveien – Aktiviteter – Visitortjenesten – Fellesskap og førstehjelp

Hva er Fellesskap og førstehjelp, og hvorfor finnes det?

Undersøkelser viser at innsatte i norske fengsler er en befolkningsgruppe som er spesielt utsatt for skader, ulykker og akutte sykdommer, og med kraftig opphopning av levekårsproblemer. Særlig er det avdekket svært høye forekomster av ruslidelser og psykiske lidelser ^{1 2}.

Fellesskap og førstehjelp har sin bakgrunn i en modell kalt «Community Based Health and First Aid» (CBHFA) som er en internasjonal modell utviklet av den internasjonale Røde Kors og Halvmåne forbundet på 1990-tallet. Tilnærmingen gir frivillige i lokalsamfunn kunnskap om hvordan de kan hjelpe seg selv og de rundt seg med helserelevante utfordringer. Ved å gi lokalsamfunn enkle verktøy, blir de i stand til å ta kontroll over sin egen helsesituasjon og håndtere sine og lokalsamfunnets helsebehov. Målet er å skape sunne, robuste

¹ Revold, M. K. (2015) *Innsattes levekår 2014: Før, under og etter soning*. Statistisk Sentralbyrå.

² Bukten, A. mfl. (2024) *Levekår, rus og psykisk helse blant personer som har vært fengslet eller gjennomført straff i samfunnet*. SERAF.

lokalsamfunn. I dag er det Røde Kors og Halvmåneforeninger i 120 land som bruker denne modellen.

Irsk Røde Kors var den første nasjonalforeningen som i 2009 tilpasset CBHFA tilnærmingen til et fengselssamfunn. I fengselet rekrutteres innsatte som Røde Kors frivillige og får opplæring og verktøy for å kartlegge behov, planlegge og gjennomføre helsefremmende tiltak og prosjekter. Det styrker de innsattes evne til å hjelpe seg selv, ta kontroll og påvirke beslutninger som angår dem og deres daglige liv, noe som bidrar til økt brukermedvirkning og et bedre fengselssmiljø. En slik tilnærming gir innsatte mulighet til å skape positiv endring for seg selv der de er og gir dem kunnskap som de kan ta med seg etter løslatelsen.

Modellen har vist seg å være fleksibel nok til å kunne tilpasses ulike type fengsler – store og små og fra høyt til lavt sikkerhetsnivå. Arbeidet med CBHFA i fengsel har gjennom en årrekke blitt anerkjent internasjonalt for sin kvalitet og sine resultater³ ⁴. Det irske programmet, som har vært en inspirasjonskilde for Fellesskap og førstehjelp i Norge, har mottatt en rekke priser, blant annet fra Verdens helseorganisasjon (WHO), Irish Healthcare Awards og IFRC. Det har blitt tildelt priser for beste helsefremmende prosjekt, frivillighetsutvikling og innovativ opplæring i fengselshelse.

Den norske modellen har på sin side også høstet anerkjennelse. I 2023 ble Verdal fengsel tildelt Nytenkning-prisen av Kriminalomsorgsdirektoratet for arbeidet med Fellesskap og førstehjelp. I 2024 ble Fellesskap og førstehjelp fremmet av EU-kommisjonen som “Best Practice on Mental Health” for med særlig vekt på psykisk helse og selvmordsforebygging.

Disse utmerkelsene viser at modellen ikke bare er fleksibel og effektiv, men også banebrytende i arbeidet med å fremme helse, mestring og medvirkning i fengselssmiljøer – både nasjonalt og internasjonalt.



³ Orcutt, J. (2021) CBHFA: Volunteer Response to COVID-19. Community Based Health and First Aid (CBHFA) Prison Program, Irish Red Cross; Western University Ontario.

⁴ Australian Red Cross (2019). CBHFA in Action: Evaluation Report. Australian Red Cross.

DEL 2

Slik driftes Fellesskap og
førstehjelp i fengsel

Fellesskap og førstehjelp er fleksibel og tilpasses det aktuelle fengselet man driver i. Arbeidet vil måtte tilpasses etter fengselets innsattgruppe, sikkerhetsnivå og fengselets bygningsmasse. Det er de lokale forholdene og behovene som skal styre aktivitetens innhold og form.

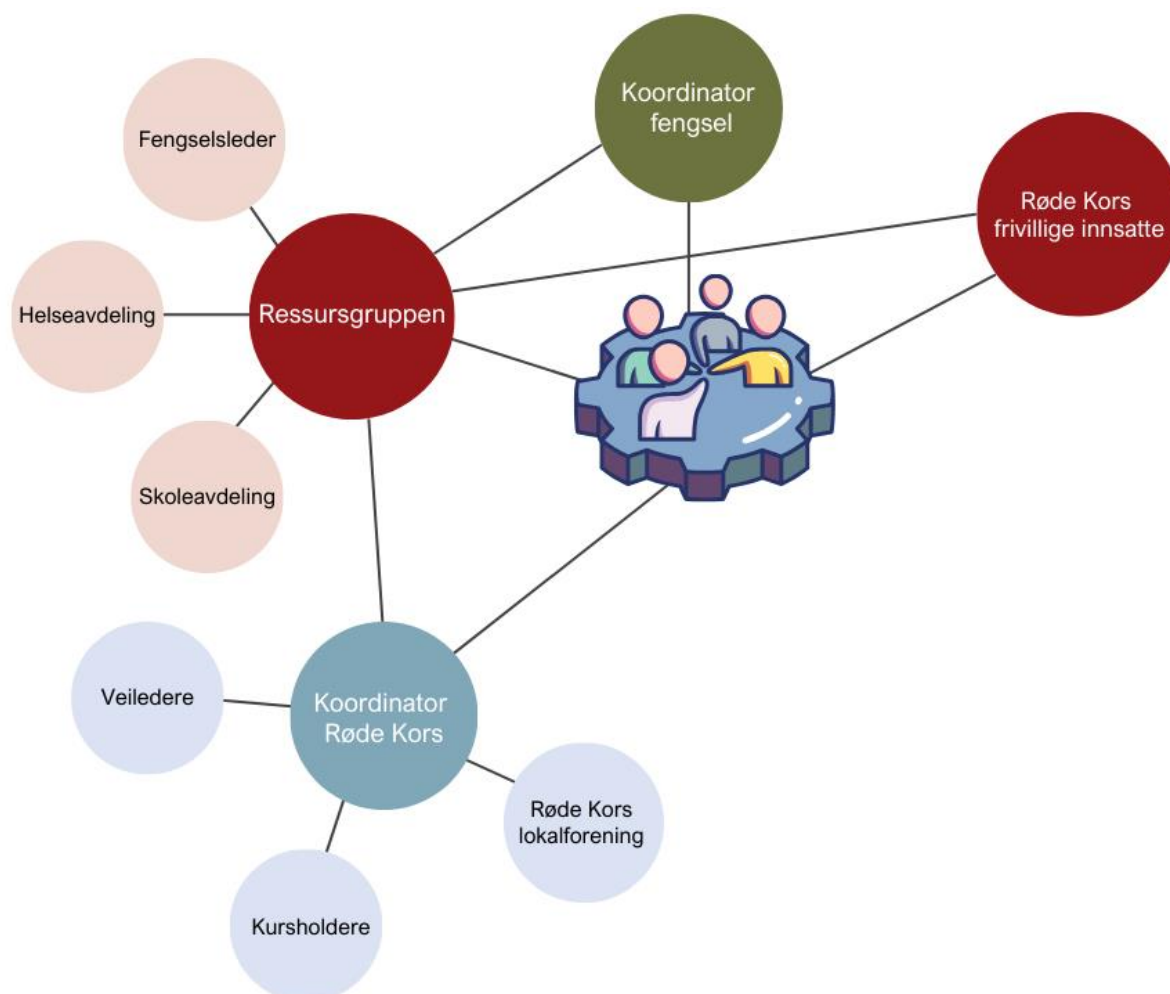
Likevel skal rammen for driften av Fellesskap og førstehjelp være den samme, og slik den presenteres her.

🌀 For alle nyetableringer ta i bruk etableringsmalen tilgjengelig på [Korsveien.no](https://korsveien.no).

Korsveien – Aktiviteter – Visitortjenesten – Fellesskap og førstehjelp

Roller i Fellesskap og førstehjelp

For å sikre en trygg og effektiv gjennomføring av Fellesskap og førstehjelp, er det flere aktører som har definerte roller og ansvar i arbeidet. Samspillet mellom disse rollene legger grunnlaget for et velfungerende samarbeid. I dette kapittelet beskrives de ulike rollene og hvordan de bidrar til å opprettholde aktiviteten i praksis.



Koordinatorer

For å sikre et godt samarbeid mellom «utsiden og innsiden av murene» skal det være én koordinator i fengselet og én koordinator i lokalforeningen i Røde Kors. Koordinatorene er hverandres kontaktpunkt, og har sammen ansvar å følge opp den daglige driften. De har ansvaret for å legge til rette for rekruttering og opplæring av Røde Kors frivillige innsatte i fengselet.

Koordinator i fengsel

Koordinatoren i fengselet har ansvar for å legge til rette for arbeidet til de innsatte som er Røde Kors frivillige, og fungerer som fengselets kontaktperson i samarbeidet med Røde Kors. Hvem som har denne rollen, varierer fra fengsel til fengsel, og avhenger av hva som er mest hensiktsmessig lokalt – både når det gjelder interesse og kapasitet. Uavhengig av hvem som fyller rollen, representerer koordinatoren kriminalomsorgen og har som hovedoppgave å støtte opp om tiltaket og bidra til god gjennomføring i praksis.

Koordinatoren skal;

- Ha jevnlig dialog med koordinator i Røde Kors
- Organisere rekruttering av nye frivillige innsatte
- Sikre god utvelgelse av frivillige innsatte, i samarbeid med sikkerhetsansvarlig og koordinator i Røde Kors
- Koordinere logistikken rundt opplæring, som undervisningsrom og besøksklarering for kursholdere
- Delta på ressursgruppemøter og være bindeledd mellom de frivillige innsatte og ressursgruppen
- Sikre god informasjonsflyt internt i fengselet mellom involverte parter
- Være en god ambassadør for tiltaket overfor innsatte og ansatte – særlig gjennom å trygge betjenter og motvirke misforståelser

Koordinator i Røde Kors

Koordinatoren i lokalforeningen har ansvaret for å organisere arbeidet i Røde Kors og sikre opplæring, veiledning og oppfølging av de Røde Kors frivillige innsatte. Lokalforeninger er ulikt organisert, og noen koordinatore vil derfor være en ansatt i lokalforeningen, mens det i andre vil være et frivillig verv. Rollen til koordinatoren i Røde Kors er en aktivitetsledersrolle og skal støtte arbeidet på vegne av Røde Kors.

Koordinatoren skal;

- Ha dialog med koordinator i fengselet
- Sikre en god utvelgelse av innsatte som ønsker å bli frivillige, i samarbeid med sikkerhetsansvarlig og koordinator i fengselet
- Ha ansvar for opplæringen av de Røde Kors frivillige i fengselet
- Bistå med å bestille nødvendig kontor- og førstehjelpsutstyr til de frivillige i fengsel
- Delta på ressursgruppemøter på vegne av lokalforeningen
- Ha ansvar for budsjettet knyttet til aktiviteten og å sikre de frivilliges tilgang til søknadsmuligheter eksternt og internt i Røde Kors

- Være et bindeledd mellom de frivillige og lokalforeningen, og sikre forankring i lokalforeningen
- Rekruttere og følge opp frivillige kursholdere og frivillige veiledere i Røde Kors

Kursholdere

Kursholderne har ansvar for å levere opplæringsinnholdet og sikre at deltakerne får en helhetlig forståelse av modulen de underviser i. Det er behov for kursholdere til fem opplæringsmoduler, og disse kan være enten frivillige eller ansatte fra Røde Kors, fengselet, skoleavdelingen eller helseavdelingen. Fengselet og skoleavdelingen forplikter seg til å stille med kursholder til modul 2 og 3, mens koordinator i Røde Kors har ansvar for å organisere kursholdere til modul 1, 4 og 5 ved hver opplæringsrunde.

Den endelige sammensetningen av kursholdere vil variere ut fra lokale ressurser og tilgjengelig kompetanse. For å forberede kursholderne på best mulig måte, tilbyr nasjonalkontoret en grundig gjennomgang av kursmateriellet og øvelsene i de aktuelle modulene.

Veiledere

Veilederne fra Røde Kors spiller en sentral rolle i å støtte og følge opp de frivillige innsatte i fengselet. De fungerer som en samtalepartner og ressurs for refleksjon rundt rollen som frivillig i et fengselsmiljø, og bidrar til at innsatte som er frivillige opplever støtte, tilhørighet og trygghet i arbeidet sitt.

Koordinator i Røde Kors har ansvar for å rekruttere én til to frivillige veiledere som følger opp gruppen med frivillige innsatte. I noen tilfeller kan koordinatoren også selv fylle veilederrollen, men dette er ikke et krav – det er også mulig å kun delta som representant for lokalforeningen og møte i ressursgruppemøtene.

Veiledere kan rekrutteres fra hele Røde Kors, og det stilles ikke krav om erfaring fra Visitortjenesten. Dersom veilederen likevel er en visitor, kan hen fortsette med én-til-én-besøk parallelt, dersom det er ønskelig.

Veilederne skal ha jevnlig veiledningssamtaler med de frivillige innsatte. Hyppigheten tilpasses behovet i gruppen, men det anbefales ukentlige møter i hver gruppes oppstartsfasen, som deretter kan trappes ned til annenhver uke. Veilederne skal holde koordinator i Røde Kors oppdatert etter hvert veiledningsmøte – enten skriftlig på e-post eller gjennom faste digitale møtepunkter, for eksempel i Teams – slik at viktig informasjon kan viderefremmes til ressursgruppen.

Veiledningen skal være en trygg arena for ideutveksling, planlegging og refleksjon. Det er viktig å snakke om hvordan de frivillige i fengselet opplever rollen, og om trivsel og motivasjon. Hvis det oppstår utfordringer eller konflikter i gruppen, har veilederne en viktig rolle i å legge til rette for god dialog og hjelpe gruppen med å finne løsninger. Veilederne skal også bidra til at de frivillige forstår rammene for rollen, og hjelpe til med å justere eventuelle urealistiske forventninger. Når utfordringer oppstår, er veilederen en støttespiller som sammen med den frivillige utforsker mulige veier videre.

I noen fengsler er det kun mulig for de frivillige innsatte å møtes på tvers av avdelinger dersom frivillige fra Røde Kors lokalforening eller ansatte i fengselet er til stede. I slike tilfeller vil veiledningsmøtene også kunne fungere som arbeidsmøter, der frivillige både innenfor og utenfor murene samarbeider om planlegging og gjennomføring av aktiviteter.

Ressursgruppen

Ressursgruppen danner den viktigste strukturen for samhandling, beslutningslinjer, tydelig ansvarsfordeling og reell brukermedvirkning i aktiviteten. Ressursgruppen er satt sammen av representanter fra de ulike delene av fengselet som er naturlige ressurser i fengselet for de Røde Kors frivillige innsatte.

Som et minimum må representanter fra fengselsledelsen, sikkerhetsansvarlig, helseavdelingen, skoleavdelingen, koordinator i fengselet, koordinator i lokalforeningen og de Røde Kors frivillige innsatte være faste medlemmer av ressursgruppen. I tillegg *kan* representanter fra arbeidsdrift, miljøterapeut, prest eller andre roller i fengselet delta dersom det er naturlig eller ønskelig.

Det er avgjørende at medlemmene i ressursgruppen har de fullmakter som er nødvendig for å kunne fatte beslutninger i møtene.

Ressursgruppen har ansvar for å sikre at aktivitetene som utføres av de Røde Kors frivillige innsatte er i tråd med mandatet og målsettingene til Fellesskap og førstehjelp. Gruppen sørger for at aktivitetene gjennomføres på en trygg og hensiktsmessig måte, samtidig som de fremmer samarbeid og kommunikasjon mellom alle parter i fengselet. Videre legger ressursgruppen til rette for en arena der frivillige kan delta på lik linje med andre, og bidrar til reell medvirkning.

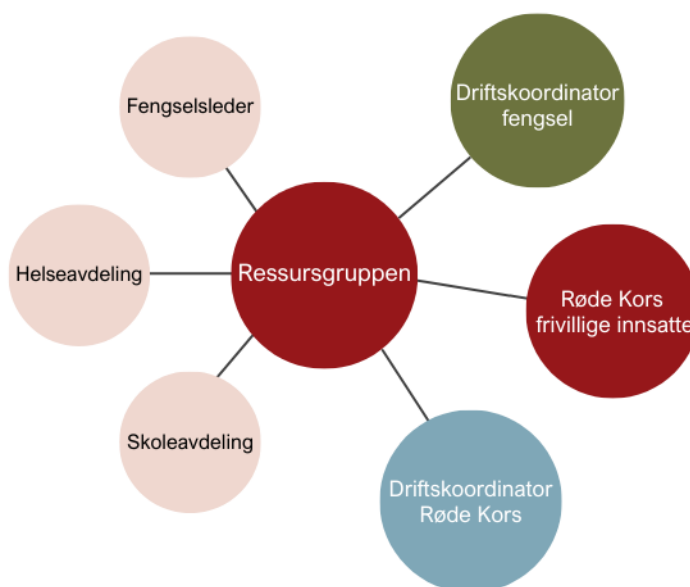
Ressursgruppens oppgaver inkluderer;

- Være en støttespiller for prosjektet og støtte Røde Kors-frivillige i deres innsats i fengselet
- Bidra til å belyse og balansere ulike interesser i prosjektet, og dermed sikre at alle involverte parter føler seg hørt og ivaretatt
- Sørge for at de nødvendige forutsetningene er til stede slik at innsatte som er Røde Kors-frivillige kan utføre aktivitetene sine
- Drøfte initiativer fra de frivillige innsatte og diskutere dem i fellesskap, slik at deres perspektiver og forslag vurderes
- Sikre at aktivitetene ivaretar sikkerheten for både innsatte og ansatte i fengselet
- Følge opp aktiviteters fremdrift, gi råd og være løsningsorientert ved eventuelle utfordringer

Ressursgruppen møtes jevnlig, som regel hver fjerde til sjette uke, for å diskutere og godkjenne aktiviteter som planlegges og iverksettes i fengselet. Gruppen fungerer som et viktig støtteverktøy for de frivillige, der forslag til tiltak drøftes, nødvendige avklaringer sikres og skape fremdrift i arbeidet. Medlemmene av ressursgruppen bidrar med sin unike kompetanse og fagkunnskap, som er verdifulle for de frivilliges arbeid. I tillegg har gruppen en veiledende rolle, der de gir råd og informasjon for å unngå urealistiske forventninger som kan skape frustrasjon blant de frivillige.

Roller og ansvar i ressursgruppen

Hver rolle i ressursgruppen har et tydelig ansvar for at samarbeidet fungerer godt og er representerer sin respektive organisatoriske enhet i arbeidet.



Frivillige innsatte

To representanter fra de frivillige innsatte i Røde Kors har ansvar for å være ordstyrer og referent under møtene. Det er de frivillige selv som forbereder agenda og saksdokumenter, som for eksempel handlingsplaner, prosjektbeskrivelser og rapporter. Dette gir dem mulighet til å delta aktivt i planlegging og utvikling av aktivitetene.

Koordinator i fengselet

Koordinatoren i fengselet har ansvar for den praktiske møtegjennomføringen. Det innebærer å sende ut innkalling, sakliste og saksdokumenter på mail i forkant, samt å sende ut referat etter møtet. Koordinatoren er et viktig bindeledd mellom de frivillige og fengselets ulike avdelinger.

Koordinator i Røde Kors

Koordinatoren fra Røde Kors representerer lokalforeningen i ressursgruppen, og har ansvar for å bidra med eksterne ressurser ved behov – som innkjøp av utstyr til aktivitetene eller hente inn eksterne bidragsytere. Koordinatoren sørger også for god forankring av arbeidet i lokalforeningen.

Representant for fengselsledelsen

Fengselsledelsen har beslutningsmyndighet i spørsmål som gjelder sikkerhet, logistikk og tilrettelegging i fengselet. Det er ledelsen som fordeler oppgaver internt og sikrer at det er nødvendig støtte fra ansatte. Tilstedeværelse fra ledelsen er avgjørende for å sikre tydelighet, forventningsavklaringer og god informasjonsflyt.

Sikkerhetsansvarlig i fengselet

Sikkerhetsansvarlig har ansvar for at alle planlagte aktiviteter vurderes med tanke på risiko. Under møtene bidrar sikkerhetsansvarlig med operativ støtte og tar nødvendige beslutninger for å sikre at tiltakene gjennomføres forsvarlig og i tråd med fengselets retningslinjer.

Representanter fra helse- og skoleavdelingen

Deltakere fra helse- og skoleavdelingen gir faglig og praktisk støtte, både i planlegging og gjennomføring av aktiviteter. De kan også bidra med kontakt mot eksterne aktører, og bistår når aktivitetene krever særskilt kompetanse eller tilrettelegging.

Tre faser i den løpende driften

Fellesskap og førstehjelp følger tre faser for arbeidet i fengslene - rekrutteringsfasen, opplæringsfasen og aktivitetsfasen.



Rekrutteringsfasen

Når det er behov for å rekruttere flere Røde Kors-frivillige innsatte eller etablere en ny gruppe i fengselet, starter man en ny rekrutteringsfase. God informasjonsflyt i denne fasen er avgjørende for å sikre forankring, engasjement og samarbeid på tvers. Det gjelder ikke bare dem som er direkte involvert i tiltaket, men også andre ansatte i fengselet, helsetjenesten og skoleavdelingen. Når alle er godt informert, blir det enklere å identifisere gode kandidater, legge til rette for overgangen til neste fase – og sikre at tiltaket oppleves som en naturlig del av hverdagen i fengselet.

Rekruttering er aktuelt når frivillige faller fra over tid, eller aktiviteten trenger ny giv. For å sikre kontinuitet i arbeidet, bør man ha en plan for rekruttering som er tilpasset fengselets størrelse og gjennomtrekk av innsatte. Fengsler med lavt gjennomtrekk rekrutterer ofte én gang i året, mens fengsler med høyere gjennomtrekk gjerne trenger to til tre rekrutteringsrunder årlig. Planleggingen bør starte i god tid før eksisterende frivillige trer ut av rollen, og det er lurt å legge opp til faste opplæringsrunder i løpet av året og forsøke å få til en overlapp mellom erfarne og nye frivillige.

Behovet for ny rekruttering bør jevnlig løftes i ressursgruppen. Da kan både ansatte og frivillige planlegge informasjonsarbeidet sammen. De aktive Røde Kors-frivillige i fengselet bør involveres i rekrutteringen – for eksempel ved å henge opp plakater, vise rekrutteringsfilm eller holde informasjonsmøter for medinnsatte. Koordinatoren i fengselet kan i tillegg drive målrettet rekruttering blant innsatte som vurderes som særlig egnede.

Alle som ønsker, kan søke om å delta på opplæringskursene. Erfaring viser at omtrent halvparten av deltakerne i opplæringen blir godkjent som frivillige. Ettersom kursene i seg selv er et verdifullt og meningsfullt tilbud, er det positivt med bred rekruttering og høy deltakelse.

Hovedansvaret for rekrutteringen ligger hos koordinatoren i fengselet, men flere ansatte bør gjerne bidra i arbeidet – for eksempel ved å informere om tiltaket til aktuelle innsatte.

Eksempler på rekrutteringstiltak:

- Henge opp informasjonsplakater på avdelingene
- Holde informasjonsmøter og vise rekrutteringsfilm
- Frem snakke prosjektet i samtaler med innsatte
- Målrettet oppfordre innsatte som vurderes som egnet
- Invitere til samling med Røde Kors lokalforening eller frivillige innsatte

Interesserte innsatte kan sende samtalelapp eller melde interesse direkte til Røde Kors frivillige eller koordinator i fengselet.

Utvelgelse til opplæring

Alle innsatte må klareres før de kan delta i opplæringen. Koordinatoren i fengselet samler inn påmeldingene og gjennomgår kandidatene sammen med sikkerhetsansvarlig. Det gjøres en samlet vurdering basert på soningslengde, sikkerhet, gruppesammensetning og egnethet.

For å sikre stabilitet i frivilligruppen bør innsatte som deltar i opplæringen ha minimum seks måneders forventet oppholdstid i fengselet. Varetektsinnsatte og innsatte i overgang til soning med elektronisk kontroll vil derfor sjelden være aktuelle. Koordinatoren i Røde Kors involveres ikke i selve klareringsprosessen, men får oversendt en liste over innsatte som er godkjent for deltakelse.

Ikke alle som deltar på opplæringskurset blir en del av frivilligruppen. Noen faller naturlig fra underveis, for eksempel på grunn av løslatelse, overføring eller sykdom. Andre vurderes etter kurset som ikke egnet for rollen, eller velger selv å trekke seg. Det er derfor viktig at innsatte som deltar på kurs er informert på forhånd om at gjennomført opplæring ikke automatisk betyr at man blir godkjent som frivillig.

I perioden 2020 til 2022 var frafallet fra rekruttering til godkjenning på 45 %, mens det i perioden 2022 – 2024 ble redusert til 32 %. Erfaringene viser derfor at man bør rekruttere flere innsatte enn det som trengs i den endelige frivilligruppen, samtidig som det ikke bør være for mange deltakere – av hensyn til gruppedynamikk og trygghet på kurs.

En passende gruppestørrelse for frivilligruppen er 4–6 personer. For å sikre dette anbefales det å rekruttere 6–10 deltakere til hvert opplæringskurs.

Egnethetsvurdering

Når listen over klarerte deltakere er mottatt, har koordinatoren i Røde Kors ansvar for å vurdere om de aktuelle deltakerne er egnet til rollen som Røde Kors frivillig. Dette gjøres gjennom individuelle samtaler, der motivasjon, rolleforståelse og egnethet vurderes.

Egnethetsvurdering er en naturlig del av frivilligopptaket i Røde Kors, og skal sikre at de som godkjennes for rollen forstår rammene, kan ta ansvar, og møter andre med respekt og åpenhet.

📌 Tips til hvordan man kan gjøre dette finnes i veilederen [Egnethetsvurdering av frivillige](#), som ligger på [Korsveien.no](#)

Korsveien – Frivillighet og lokalforening – Slik tar du imot nye frivillige

Noen innsatte kan ha tidligere erfaring som frivillige i Røde Kors utenfor fengselet. Denne erfaringen kan være en verdifull ressurs i rollen, og skal tas med som et positivt moment i vurderingen. Dersom en person tidligere har mistet sitt frivilligverv på grunn av brudd på Røde Kors sine retningslinjer eller blitt utelukket fra Røde Kors på grunn av en kriminell handling utført i rollen som frivillig, vil vedkommende ikke kunne bli godkjent som frivillig i fengselet.



Intervjugal

Bli litt kjent - bakgrunn og interesser

- Kan du fortelle litt om deg selv? Hvilke interesser har du?
- Hvordan liker du å bruke tiden din her i fengselet?
- Har du noen erfaring med å delta i frivillig arbeid – enten før eller under soning? Hva likte du eventuelt med det?

Motivasjon for å bli frivillig

- Hva fikk deg til å søke om å bli Røde Kors-frivillig her i fengselet?
- Hva tenker du at du kan bidra med i en frivillig rolle
- Hva håper du å få ut av å være med?
- Er du motivert til å være med gjennom hele perioden? Hvordan ser du for deg å delta?

Holdninger og rolleforståelse

- Hva tenker du er det viktigste med å være frivillig i et fellesskap som dette?
- Hvordan tror du andre innsatte vil oppleve deg i en slik rolle?
- Hva gjør du hvis det oppstår uenigheter eller utfordringer i gruppen?
- Hvordan kan du være med på å skape et inkluderende miljø – også for dem som ikke kjenner noen fra før eller har det vanskelig?

Refleksjon

- Hvordan tenker du at det å være Røde Kors-frivillig kan påvirke deg – både mens du soner og etterpå?
- Er det noe vi bør vite for å kunne støtte deg godt i denne rollen?
- Hva tenker du nå etter å ha hørt mer om hva rollen innebærer?
- Er det noe du lurer på eller ønsker mer informasjon om?

Veien videre

Informert om neste steg – klarering til opplæring, eventuell beskjed ved avslag, tidspunkt for oppstart på opplæring og praktiske forventninger. Minn gjerne på at alle svar behandles konfidensielt og at formålet er å sikre et trygt Røde Kors tilbud i fengselet.

Når noen ikke vurderes som egnet

Dersom det under intervjuet eller egnethetsvurderingen oppstår tvil om hvorvidt en innsatt er egnet som Røde Kors frivillig, må dette håndteres på en trygg og respektfull måte. Ikke alle passer inn i rollen, og det er viktig å være ærlig og tydelig hvis det konkluderes med at vedkommende ikke kan delta i opplæringen for å bli Røde Kors frivillig.

Koordinator i Røde Kors skal ta en samtale med den det gjelder. I samtalen er det viktig å gi konkret og ærlig tilbakemelding på hva bekymringen handler om, og forklare at vurderingen handler om rollen og rammene for frivilligheten – ikke personen som sådan. Dersom det er usikkerhet knyttet til egnethet, kan det være nyttig å be om støtte fra koordinatoren i fengselet.

📌 Koordinatorer anbefales å gjennomføre kurset *Egnethetsvurdering av frivillige* som finnes på [kurssiden](#) på Korsveien. Der finnes også veiledere og tips til hvordan slike samtaler kan gjennomføres på en god måte.

Korsveien – Kurs og opplæring – Opplæringsplan/materiell – Egnethetsvurdering av frivillige

Røde flagg ved egnethetsvurdering av innsatte

Når du vurderer innsatte for å bli Røde Kors frivillige er det noen ting å være spesielt oppmerksom på som kan indikere at en person er uegnet. For eksempel:

- **Manglende forståelse for Røde Kors' rolle og mandat** – for eksempel dersom den innsatte ønsker å bruke rollen til å fremme egne personlige saker i fengselet.
- **Manglende respekt for taushetsplikt** – viser en tendens til å dele sensitiv informasjon eller har et behov for å sladre om andre innsatte.
- **Sterke personlige agendaer** – for eksempel et ønske om å påvirke i religiøs, politisk eller ideologisk retning.
- **Verdier i strid med Røde Kors' prinsipper** – som nedsettende holdninger til enkelte innsattgrupper eller lovbrudd.
- **Dårlig evne til å lytte og vise respekt** – for eksempel ved å avbryte ofte, eller være påståelig og lite åpen for andres synspunkter og meninger.
- **Manglende pålitelighet** – som kan føre til hyppige frafall eller manglende oppfølging av oppgaver.
- **Manglende evne til å samarbeide med andre** – for eksempel problemer å samarbeide med andre innsatte eller med ansatte i fengselet.

Dette er ting å være OBS på hele tiden, også i etterkant av at de frivillige er godkjent.

Opplæringsfasen

Alle deltakere i Fellesskap og førstehjelp gjennomfører et opplæringsprogram bestående av fem moduler. Opplæringen går over 4–5 uker, og gjennomføres som regel ukentlig. Tidsplanen tilpasses lokale forhold og tilgjengelige ressurser.

Modulene bygger på hverandre og dekker kjernekompetanse som Røde Kors frivillige i fengsel trenger for å fylle rollen på en trygg måte. Under opplæringsfasen kan det også være aktuelt å invitere erfarne Røde Kors frivillige innsatte til å bidra med deler av undervisningen, noe som kan gi økt eierskap og styrke fellesskapet i gruppen.

Erfaringer viser at det ofte er behov for 2–3 opplæringsrunder i året, avhengig av hvor hyppig innsatte løslates eller overføres. Dette varierer mellom fengsler, særlig ut fra sikkerhetsnivå og andel vareteksplasser.

Opplæringsmodulene



Modul 1 – Introduksjon til Røde Kors

Innføring i Røde Kors' historie, prinsipper og organisasjon, samt hva det vil si å være frivillig. Målet er å gi deltakerne samme introduksjon som alle frivillige i Røde Kors mottar, og skape en følelse av tilhørighet til en større bevegelse – både lokalt, nasjonalt og internasjonalt.

Ansvarlig: Røde Kors lokalforening.

Varighet: 3 timer inkl. pauser.

Modul 2 – Kommunikasjon

Opplæring i kommunikasjonsteknikker, barrierer og samarbeid. Spesielt tilpasset konteksten i fengsel, med fokus på hvordan innsatte og ansatte best kan samhandle. Deltakerne lærer å engasjere og inkludere andre, samt kartlegge og bruke tilgjengelige ressurser i fengselet.

Ansvarlig: Fengselet. Det er anbefalt at en ansatt i fengselet underviser modul 2, en med god kjennskap til kommunikasjonsbarrierene mellom innsatte og ansatte.

Varighet: 3 timer inkl. pauser.

Modul 3 – Atferd og påvirkning

Temaet er hvordan man kan støtte positiv atferdsendring – både hos seg selv og andre. Deltakerne får innsikt i rollen som positiv rollemodell og lærer om enkle modeller for hvordan vi påvirker og blir påvirket.

Ansvarlig: Skoleavdelingen. Modulen bygger på livsmestringsfaget i skolen, og tar opp tema som helse, valg og ansvar.

Varighet: 3 timer inkl. pauser.

Modul 4 – Praktisk og psykososial førstehjelp

Obligatorisk for alle frivillige i Røde Kors. Kurset i praktisk førstehjelp dekker:

- Sikring av skadested og egne omgivelser
- Hvordan ringe 113
- Bevissthets- og pustkontroll
- Sideleie og HLR
- Trygghet i møte med skadde og pårørende

Etter gjennomført kurs får deltakerne opplæring som kursholdere, slik at de selv kan lære bort førstehjelp til innsatte og ansatte.

Kurset i psykososial førstehjelp gir innsikt i støtte til mennesker i krise. Deltakerne lærer å lytte, vise tilstedeværelse og møte ulike følelsesmessige reaksjoner på en trygg og støttende måte.

Ansvarlig: Røde Kors lokalforening

Varighet: Praktisk førstehjelp - 2 timer inkl. pauser, Psykososial førstehjelp - 3 timer inkl. pauser.

Modul 5 – Prosjektledelse

Deltakerne lærer å identifisere behov i fengselet og planlegge aktiviteter. De får innsikt i prosjektarbeid fra start til slutt: behovskartlegging, planlegging, gjennomføring, evaluering og rapportering.

Det benyttes et deltakerhefte som også fungerer som arbeidsverktøy etter kurset.

Ansvarlig: Røde Kors lokalforening

Varighet: 3 + 3 timer inkl. pauser. Gjennomføres over to dager.

Denne modulen danner grunnlaget for veiledning og oppfølging videre i tiltaket.

Eksempel på opplæringsplan

Moduler	Tema	Ansvarlig	Tidspunkt		Sted
1	Introduksjon til Røde Kors	Røde Kors	Dato	Kl.	
2	Kommunikasjon	Fengselet	Dato	Kl.	
3	Atferd	Skolen	Dato	Kl.	
4 a)	Praktisk førstehjelp	Røde Kors	Dato	Kl.	
4 b)	Psykososial førstehjelp	Røde Kors	Dato	Kl.	
5 a)	Prosjektledelse	Røde Kors	Dato	Kl.	
5 b)	Prosjektledelse forts.	Røde Kors	Dato	Kl.	

Kursmateriell

Norges Røde Kors har utviklet kursmateriell til alle modulene. Materialet består av aktivetshefter med en kombinasjon av læringsstoff og oppgaver, samt veiledningshefter for kursholdere til bruk under opplæringen.

 Alt kursmateriell er tilgjengelig på [Korsveien.no](https://korsveien.no).

Korsveien – Aktiviteter – Visitortjenesten – Fellesskap og førstehjelp

Oppdatert kursmateriell skal også gjøres tilgjengelig for eksterne kursholdere som ikke er frivillige i Røde Kors, og som derfor ikke har tilgang til Korsveien.no. Dette kan løses ved at materialet lagres på en ekstern harddisk som koordinatoren i fengselet har ansvar for og tilgang til.

Praktisk gjennomføring av opplæringen

Fengselet har ansvar for å stille egnede undervisningsrom til disposisjon. Rommet bør være utstyrt med tavle eller flippover som kan brukes under kurset. Dersom kursholdere fra Røde Kors skal benytte egne PC-er, må dette avklares med fengselet på forhånd. Fengselet stiller med kaffe og te.

Røde Kors har ansvar for å ta med kursmateriell, deltakerhefter, penner og eventuelt snacks til deltakerne.

Diplomer

Alle innsatte som fullfører modul 1 – Introduksjon til Røde Kors og modul 4 – Praktisk førstehjelp og psykososial førstehjelp får diplom fra Røde Kors. For modulene 2, 3 og 5 mottar kursdeltakerne et diplom som er spesifikt for Fellesskap og førstehjelp.

Innsatte som ikke blir godkjent som Røde Kors-frivillige i etterkant av kursene skal likevel få diplomer for de modulene de har deltatt på.

☺ Alle diplomer er tilgjengelige på [Korsveien.no](https://korsveien.no).

Korsveien – Aktiviteter – Visitortjenesten – Fellesskap og førstehjelp

Diplomene signeres av hver kursholder etter endt modul. Av hensyn til anonymitet og taushetsplikt føres kun fornavn til deltaker på diplommet.

Godkjenning av frivillige

Innsatte blir først offisielt godkjent som Røde Kors-frivillige etter at hele opplæringsprogrammet er fullført og en avsluttende samtale er gjennomført.

Koordinatoren fra Røde Kors har ansvar for å møte hver deltaker for en kort oppsummering og vurdering etter kurset. Samtalen skal gi rom for å reflektere over opplæringen, gruppesamarbeidet og motivasjonen for å delta videre.

Etter samtalene vurderer koordinator i Røde Kors og koordinator i fengselet kandidatene sammen. Godkjenningen skjer i samarbeid med fengselsledelsen, og baseres på helhetsinntrykk fra opplæringen og de praktiske forutsetningene for rollen.

Gruppestørrelsen vil variere etter fengselets forhold, men erfaring viser at fire til seks frivillige fungerer godt. De som ikke blir godkjent, får tilbakemelding fra koordinator i Røde Kors. Dersom det er ønskelig, kan de likevel bidra i andre aktiviteter der de får brukt kompetansen de har tilegnet seg gjennom opplæringen. De kan for eksempel kan de bistå i aktiviteter frivilligruppen organiserer, eller holde førstehjelpskurs.

Avtale mellom frivillig og Røde Kors

Når en innsatt er godkjent som Røde Kors frivillig, skal det inngås en skriftlig avtale mellom den frivillige og Røde Kors. Avtalen klargjør rammene for engasjementet og tydeliggjør hvilke rettigheter og plikter som følger med rollen.

Formålet med avtalen er å ivareta de innsatte som deltar i aktivitetene, og å sikre at arbeidet skjer i tråd med Røde Kors' prinsipper og med kravene til personvern og etikk.

Avtalen mellom de frivillige og Røde Kors dekker de viktigste rammene for frivilligvervet:

- **Taushetsplikt og personvern** – hvordan frivillige skal behandle og beskytte sensitiv informasjon.
- **Etiske retningslinjer og Røde Kors' prinsipper** – krav til verdier, holdninger og opptreden i rollen.
- **Forventninger til rollen** – ansvar, oppgaver og hvordan man opptrer som representant for Røde Kors.
- **Rammer for aktivitetene** – hva man kan og ikke kan gjøre som frivillig i fengselet.

Avtalen skal gjennomgås nøye sammen med den frivillige før signering, slik at innholdet er tydelig forstått. Den oppbevares i låsbart arkivskap hos lokalforeningen, og makuleres når den frivillige avslutter sitt engasjement, løslates eller flyttes til et annet fengsel.

📄 Mal for avtalen er tilgjengelig på [Korsveien.no](https://korsveien.no).

Korsveien – Aktiviteter – Visitortjenesten – Fellesskap og førstehjelp

Markering

Når nye frivillige er godkjent, bør dette markeres. Markeringen kan være enkel, for eksempel med kake eller annen servering. Det er en god anledning til å invitere både fengselsleder og lokalforeningsleder, som kan holde noen motiverende ord.

Røde Kors bekledning og avtalen mellom de frivillige og Røde Kors kan deles ut og signeres under markeringen.



Bekledning

De frivillige skal få utdelt Røde Kors-t-skjorter. Disse bestilles i god tid av Røde Kors. T-skjortene er sorte, med Røde Kors-logo på brystet og prinsippene trykket på ryggen.

Flere fengsler har egne trykkerier som kan produsere t-skjortene. Alternativt kan de bestilles fra Halden fengsel - salg@haldenfengsel.no, som har tilgang til Røde Kors-logo og spesifikasjoner.



Registrering av frivillige hos Røde Kors

Av hensyn til personvern skal Røde Kors-frivillige innsatte **ikke** registreres i medlemssystemet *Mitt Røde Kors*.

Journalføring i KOMPIS

Fengselets koordinator har ansvar for å journalføre innsatte som deltar i Fellesskap og førstehjelp i kriminalomsorgens journalsystem KOMPIS. Det skal føres opp når en innsatt blir godkjent som frivillig. I merknadsfeltet under personalia skal det registreres «Frivillig Røde Kors», på samme måte som andre tiltak merkes (f.eks. «Deltager forebygging av overdosedødsfall»). Dette sikrer oversikt over hvem som deltar og tydeliggjør frivilligrollen i systemet.

Arbeidsforhold for de Røde Kors frivillige i fengsel

For at frivillige skal kunne utføre oppgavene sine på en god måte, må de ha trygge og praktiske rammer for arbeidet. Gode arbeidsforhold bidrar til kontinuitet, effektivitet og trivsel, og gjør det lettere for gruppen å planlegge og gjennomføre aktiviteter. Fengselet og Røde Kors har et felles ansvar for å sikre at dette er på plass.

Viktige elementer for gode arbeidsforhold

- **Fast møte- og lagringsplass**
Fengselet bør legge til rette for at frivilligruppen har et fast sted å møtes og oppbevare utstyr. Om mulig bør det etableres et eget Røde Kors-kontor i fengselet.
- **Tilgang til nødvendig utstyr**
Dette kan være kontorrekvisita, førstehjelpsutstyr til kurs eller annet materiell som trengs for aktivitetene. Behov meldes til koordinator i Røde Kors, som kan følger opp innkjøp.
- **PC-tilgang**
Frivillige skal ha tilgang til datamaskin for å skrive referater, lage planer, budsjetter, plakater, påmeldingslister og annet materiale. Røde Kors har ansvaret for innkjøp av bærbare PC-er som de Røde Kors frivillige kan bruke i fengselet. PC-ene skal settes opp og brukes i henhold til en nasjonal rutine godkjent av Kriminalomsorgsdirektoratet 28.10.2025. Se fullstendig rutine under.
- **Ekstern harddisk eller minnepenn**
For å kunne overføre møteagendaer, referater til koordinatoren i fengselet slik at disse kan sendes ut til ressursgruppen. Ekstern harddisk kan være nyttig for å sikre at dokumenter fra tidligere prosjekter blir arkivert på en hensiktsmessig måte. En ekstern harddisk kan også inneholde logoer, bilder, maler og annet materiale frivillige trenger i arbeidet.

Rutine for bruk av Røde Kors-PC i fengsel

Denne rutinen gjelder for PC-er som Røde Kors leverer til innsatte som deltar i programmet Fellesskap og førstehjelp og er utarbeidet og godkjent av Kriminalomsorgsdirektoratet 28.10.2025. PC-en skal kun brukes til godkjente aktiviteter og prosjekter i regi av Røde Kors inne i fengselet.

Ansvar

- Det er fengselet som har ansvar for å sikre at PC-en er satt opp og brukes i tråd med denne rutinen.
- Koordinatoren i fengselet (eller den som har fått delegert ansvaret) har ansvar for å godkjenne og følge opp bruken av PC-en.

Sikkerhetskrav

- PC-en skal ikke ha tilgang til internett eller WiFi.
- Det skal kun installeres programmer som er avtalt på forhånd.
- USB-porter og andre eksterne tilkoblingsmuligheter skal være blokkert.
- Det er ikke tillatt å endre, fjerne eller legge til programmer uten at dette er godkjent av koordinator i fengselet.

Bruk og oppfølging

- Det skal føres en oversikt over hvem som bruker PC-en.
- Hvis det skal flyttes filer til eller fra PC-en, skal dette vurderes med tanke på sikkerhet.
- Det skal gjennomføres jevnlig kontroll for å sikre at:
 - Ingen uautoriserte programmer eller filer er lagt inn.
 - Antivirus og sikkerhetsoppsett fungerer som det skal.
 - PC-en fungerer som forventet.

PC-en er ikke tilknyttet noen form for sentral styring eller "device management", som betyr at den ikke administreres av et felles IT-system. Hver enkelt fengselsenheter har derfor ansvar for oppsett, bruk og vedlikehold av maskinen.

Aktivitetsfasen

Etter opplæringen skal godkjente frivillige ta i bruk verktøyene de har fått for å **kartlegge**, **planlegge** og **organisere** aktiviteter i fengselet.



Denne modellen viser prosjektsyklusen som de frivillige jobber etter. Arbeidet starter med å kartlegge behov, før man planlegger og deretter gjennomfører aktivitetene. Til slutt evaluerer man – ser på hva som fungerte godt, hva som kan forbedres, og hvilke erfaringer som kan tas med videre.

Aktivitetene skal være helserelaterte. Verdens helseorganisasjon definerer helse som en tilstand av fysisk, psykisk og sosialt velvære – ikke bare fravær av sykdom eller lidelse. Det betyr at aktivitetene kan spenne fra kampanjer som øker kunnskap om fysiske sykdommer, til fellesaktiviteter som styrker trivsel, livskvalitet og psykisk helse i hverdagen.

Frivillige i fengsel representerer sitt lokalsamfunn og kjenner innsattes behov og ønsker. De kan derfor foreslå relevante aktiviteter, mens ressursgruppen, fengselsansatte og Røde Kors-veiledere bidrar til å sikre at tiltakene er helsefremmende, realistiske og i tråd med prosjektets mål.

Selv om opplæringen er gjennomført, skal frivillige fortsatt få veiledning og støtte fra ressursgruppen og lokalforeningen i Røde Kors. Behovene og initiativene skal komme fra de frivillige selv, men enkelte områder er Kriminalomsorgens ansvar og ligger utenfor frivillighetens mandat. Noen aktiviteter kan også være krevende å gjennomføre av sikkerhetshensyn. I slike tilfeller bistår ressursgruppen med å finne gode og trygge løsninger.

Faste møter i ressursgruppen

I aktivitetsfasen er ressursgruppen sentral for planlegging, beslutninger og oppfølging. Regelmessige møter sikrer at alle involverte er orientert, at aktivitetene er godt forankret og at frivillige får den støtten de trenger for å lykkes.

For å sikre fremdrift og kontinuitet bør ressursgruppen møtes hver fjerde til sjette uke, på faste tidspunkter. På den måten unngår man at beslutninger må tas utenfor ressursgruppen. Ett møte i året bør også settes av til evaluering av aktivitetene og samarbeidet i ressursgruppen.

All aktivitet som de frivillige ønsker å gjennomføre, skal legges frem i ressursgruppen før den settes i gang. Møtene må ha representanter fra både fengselsledelsen og Røde Kors til stede, slik at beslutninger kan forankres og nødvendige ressurser avklares der og da.

De Røde Kors frivillige i fengselet har ansvaret for å utarbeide agendaen for møtet, som sendes ut sammen med saksdokumenter til agendaen – for eksempel handlingsplaner, evalueringsrapporter eller behovskartlegginger. Disse sendes ut av koordinatoren i fengselet en uke før møtet.

De frivillige fungerer som møteledere og skal gjennomgå forrige møtes referat, presentere agendaen, eventuelle behovskartlegginger og handlings- eller prosjektplaner. De har også ansvaret for å skrive referat fra møtet, som sendes ut i god tid før neste møte og godkjennes på påfølgende møte.

Det første ressursgruppemøtet etter opplæringen bør holdes innen 14 dager etter modul 5. Da bygger man videre på kartleggingen og prosjektarbeidet som de frivillige startet i opplæringen, og holder på engasjementet.

I tillegg til å behandle saker som gjelder inneværende periode, bør ressursgruppen bruke møtene til å planlegge kommende aktiviteter i god tid. Dette sikrer at nødvendige tillatelser, ressurser og utstyr er på plass før gjennomføring.



Veiledning av lokalforeningen

Etter at innsatte er godkjent som Røde Kors frivillige, blir de tilknyttet nærmeste Røde Kors-lokalforening. Lokalforeningens rolle er å gi de frivillige i fengselet trygghet, veiledning og støtte i rollen, samt å inkludere dem i Røde Kors-fellesskapet.

I motsetning til andre frivillige i Røde Kors står de frivillige i fengselet ofte alene med ansvaret, uten det fulle støtteapparatet som er tilgjengelig på utsiden. Det er derfor ekstra viktig med tett oppfølging, slik at de føler seg godt ivaretatt og får den støtten de trenger.

Lokalforeningen knytter vanligvis to til tre frivillige veiledere til gruppen i fengselet. Veilederne møter gruppen 2–4 ganger i måneden, uten ansatte i fengselet til stede. Dette gir rom for å ta opp temaer som ikke fungerer, og for å drøfte hvordan gruppen kan håndtere konflikter eller utfordringer.

De frivillige i fengselet utøver sin innsats i en særskilt situasjon. De må balansere rollen som innsatt og frivillig hele døgnet. Veiledningen skal bidra til å styrke tryggheten i rollen, utvikle selvstendighet og bygge mestring. Veilederne fra lokalforeningen er viktige sparringspartnere og støttespillere i denne prosessen.

Veilederens oppgaver

- Representere Røde Kors på en god måte og være ambassadør for organisasjonen.
- Bidra til aktiviteter i fengselet og bygge et positivt samarbeid med fengselet.
- Tilby kurs og opplæring for å øke de frivillige innsattes kompetanse.
- Fremme tilhørighet til lokalforeningen og se etter muligheter for å koble dem til andre aktiviteter og frivillige etter løslatelse.
- Gi gruppesamtaler eller individuelle samtaler etter behov.
- Støtte motivasjon og engasjement hos de frivillige.
- Sikre tilgang til profileringsmateriell fra Røde Kors for å styrke identiteten og synligheten i rollen.

Tips til veiledning

- Røde Kors lokalforeningen utnevner to til tre frivillige som støtter og veileder gruppen i fengselet.
- Gjennomfør veiledningsmøter regelmessig 2–4 ganger per måned, avhengig av behov. I starten er det spesielt viktig med jevnlig møter for å gi de nye frivillige trygghet i rollen. Etter hvert kan hyppigheten tilpasses behovet.
- Gjennomfør møtene uten tilsyn fra fengselet for å styrke følelsen av tilhørighet til Røde Kors-fellesskapet.
- I fengsler på høyt sikkerhetsnivå kan veiledningsmøtene også fungere som arbeidsmøter for de frivillige innsatte.


Kurs og etteropplæring

Alle frivillige i Røde Kors har tilgang til en stor portefølje av kurs og kompetanseheving utviklet av Norges Røde Kors. I tillegg til opplæringen de får i fengselet, kan de delta på kurs innen organisasjon og ledelse, beredskap og pedagogikk – både i fengselet og i lokalforeningen.

Et eksempel er kurset **Førstehjelp ved selvmordsfare**, som tilbys frivillige som gjennom aktiviteten kan møte personer i selvmordsfare. Hensikten er å gi frivillige trygghet i rollen som hjelpere, gjennom ferdighetstrening i å:

- Kjenne igjen kjennetegn ved personer i selvmordsfare
- Vite hvordan man setter personer i kontakt med andre som kan hjelpe dem videre
- Motivere til å oppsøke hjelp

Kurset gjennomføres fysisk og varer fire til seks timer.

 [Kurssiden](#) med mer informasjon finnes på Korsveien her;

Korsveien – Kurs – Opplæringsplan/materiell – Grunnkurs psykososial førstehjelp.



Det har vært en lærerik prosess negativt og positivt. Har opplevd endring i sosialt arbeid, blitt mer utadvendt. Har lært å samarbeide med individer jeg ikke kommer overens med. Sette til side problemer og fordommer for en bedre sak.

- Røde Kors frivillig innsatt



DEL 3

Systemer for kvalitetssikring
og trygg aktivitet

Kvalitet i arbeidet og trygghet for både frivillige og deltakere er avgjørende for at Fellesskap og førstehjelp skal lykkes. I denne delen beskrives rutiner og systemer som skal sikre at aktivitetene gjennomføres på en måte som ivaretar Røde Kors' prinsipper, fengselets rammer og deltakernes behov.

Her finner du retningslinjer for hvordan vi beskytter deltakerne, følger opp frivillige ved hendelser, håndterer avvik og ivaretar personvern.

Hendelser der Røde Kors frivillige innsatte er involvert

For å sikre trygghet, kvalitet og et godt samarbeid med fengselet, er det viktig å ha klare rutiner for hvordan hendelser håndteres. Hendelser kan oppstå på ulike måter, og vi kan dele dem inn i tre hovedkategorier:

1. Hendelser internt i frivilligruppen

Gjelder situasjoner mellom frivillige innsatte som påvirker gruppens samarbeid og aktivitetene. Eksempler på dette kan være:

- Konflikt eller vedvarende uenigheter mellom frivillige som svekker samarbeidet.
- Frivillig som ikke følger avtalte oppgaver, eller motarbeider gruppens beslutninger.
- Brudd på taushetsplikt innenfor gruppen.

Forebygging

- Tydelige forventningsavklaringer ved oppstart.
- Bruk av ressursgruppen og veiledningen som arena for å ta opp og løse konflikter.

Oppfølging

- Samtale med involverte parter gjennomføres av koordinator fra Røde Kors og koordinator i fengselet. Koordinatorene tar en muntlig gjennomgang av situasjonen og vurderer eventuelle tiltak – vurdere behov for midlertidig eller permanent fjerning fra frivilligrollen.
- Vurdere behov for endringer i gruppesammensetning eller rollefordeling. Dette kan gjøres i Ressursgruppen uten innsatte tilstede.

2. Hendelser i aktiviteter – mellom innsatte deltakere

Gjelder situasjoner som skjer under en aktivitet arrangert av Røde Kors i fengselet, men som involverer andre innsatte enn de frivillige selv. Eksempler på dette kan være:

- Frivillig er vitne til vold, trusler eller trakassering mellom innsatte.
- Frivillig overhører eller får kjennskap til planlegging av ulovlig aktivitet.
- Frivillig blir vitne til alvorlige hendelser som selvmordsforsøk, ulykker eller dødsfall.

Forebygging

- Klare rutiner for hvordan frivillige skal melde fra om hendelser.
- Opplæring og veiledning i rolleforståelse og grenser for frivilligrollen.

Oppfølging

- Umiddelbar rapportering til fengselets ansatte.
- Frivillige som opplever en kritisk eller belastende hendelse i forbindelse med aktivitet for Røde Kors, skal få tilbud om en ettersamtale. Formålet er å gi støtte, bearbeide opplevelsen og trekke læring fra situasjonen. Samtalen gjennomføres individuelt eller i gruppe, ledes av en person med opplæring i ettersamtale, og bør skje innen 3–7 dager etter hendelsen.

📄 Mer informasjon finnes på [Korsveien.no](https://korsveien.no)

Korsveien – Beredskap – ettersamtale

- Eventuell skriftlig dokumentasjon og avviksmelding i Røde Kors' systemer.

3. Hendelser mellom frivillige og andre - innsatte eller ansatte

Gjelder situasjoner der en frivillig innsatt enten forårsaker, utsettes for eller overskrider grenser i møte med andre innsatte eller ansatte i fengselet. Eksempler kan være:

- Frivillig trakasserer eller truer en medinnsatt eller ansatt.
- Frivillig mottar trusler, trakassering eller uønsket oppmerksomhet.
- Frivillig forsøker å bruke rollen til å oppnå fordeler, påvirke ansatte eller fremme personlige saker.
- Frivillig bryter fengselets rutiner eller sikkerhetsinstrukser.

Forebygging

- Tydelig informasjon om grenser for frivilligrollen.
- Regelmessig veiledning fra lokalforeningens frivillige veiledere.

Oppfølging

- Rask samtale med frivillig og innhenting av informasjon om hendelsen.
- Samarbeid med fengselet for avklaringer og eventuelle tiltak.
- Vurdere behov for midlertidig eller permanent fjerning fra frivilligrollen. Dette kan gjøres i Ressursgruppen uten innsatte tilstede.
- Tilby debrief eller en ettersamtale – Røde Kors tilbyr ettersamtaler til frivillige som har opplevd kritiske eller belastende situasjoner. Samtalen bør gjennomføres innen 3-7 dager etter hendelsen. Mer informasjon om ettersamtale tilbudet finnes på sidene til Beredskap – ettersamtale.

Midlertidig eller permanent fjerning fra frivilligrollen ved hendelser

Vurdering av egnethet for frivillige i fengsel skiller seg på enkelte områder fra vurderingene som gjøres av frivillige utenfor murene. Frivillige innsatte har en særskilt rolle – de representerer Røde

Kors, samtidig som de lever i en hverdag med helt andre rammer og utfordringer enn frivillige på utsiden.

De kan ikke bryte Røde Kors' prinsipper eller opptre på en måte som skader tilliten til organisasjonen. Frivillige kan for eksempel ikke være ruset under organisering av aktiviteter eller selge rusmidler i fengselet. Slike handlinger bryter med både fengselets regler og hensikten med Fellesskap og førstehjelp.

Samtidig vet vi at mange innsatte står i en rehabiliteringsprosess, og at tilbakefall kan forekomme. Det er derfor et viktig skille mellom alvorlige, tillitsbrytende handlinger og enkelthendelser som viser at personen «prøver og feiler». Bruk av rusmidler i fengselet er et brudd på fengselets reglement, men skal ikke automatisk føre til at man mister rollen som frivillig, så lenge personen ikke er ruset under aktivitet og fortsatt viser evne og vilje til å være en god rollemodell.

Målet er å støtte frivillige som tar ansvar og lærer av feil, ikke å straffe tilbakefall som en del av en større endringsprosess. Hendelser som reiser spørsmål om egnethet skal alltid følges opp med en individuell samtale, der både alvorlighetsgrad og helheten i personens rolleutøvelse vurderes.

Dersom en frivillig innsatt må fratre rollen

Hvis vurderingen er at en frivillig innsatt ikke lenger kan fortsette i rollen, skal prosessen være tydelig og rettferdig.

1. Få oversikt over situasjonen

→ Sørg for å ha konkrete observasjoner eller tilbakemeldinger, ikke bare rykter.

2. Gjennomfør "den nødvendige samtalen"

→ Ha en strukturert og faktabasert samtale med den frivillige.

→ Start tydelig: "*Jeg har bedt deg komme hit for å snakke om ...*".

→ Beskriv fakta og konsekvenser konkret, unngå subjektive vurderinger.

→ Gi den frivillige mulighet til å forklare sin oppfatning.

→ Lytt aktivt, still åpne spørsmål og oppsummer underveis.

3. Gi tydelig beskjed

→ Dersom vedkommende skal fratre rollen, skal beskjeden være klar og begrunnet.

→ Dokumenter samtalen og avtal eventuell oppfølging.

Når en frivillig i fengsel ønsker å tre ut av rollen

Når en Røde Kors-frivillig i fengselet ønsker å avslutte sitt engasjement, bør det gjennomføres en sluttsamtale. Hensikten er å få innsikt i hvorfor den frivillige slutter, hvilke erfaringer de tar med seg, og om det er forhold som bør justeres for å forbedre tilbudet eller oppfølgingen.

Sluttsamtalen gjennomføres av koordinator i Røde Kors, gjerne i samarbeid med koordinator i fengselet om det er mulig. Samtalen bør foregå i en trygg og åpen atmosfære, og kan bidra til verdifull læring både for prosjektet og for fremtidige frivillige.



Mal for sluttsamtale

Innledning

- Takk for innsatsen og bidraget som frivillig.
- Forklar hensikten med samtalen: å lære av erfaringene og forstå bakgrunnen for at de slutter.

Årsaker til avslutning

- Hva er hovedgrunnen til at du ønsker å avslutte?
- Er det én utløsende hendelse, eller en sum av flere faktorer?

Erfaringer fra rollen

- Hva har vært mest positivt med å være frivillig?
- Hva har vært mest utfordrende?
- Har du opplevd situasjoner eller forhold som gjorde rollen vanskelig?

Oppfølging og støtte

- Følte du at du fikk den støtten og veiledningen du trengte?
- Hva kunne vi gjort annerledes for å støtte deg bedre?

Forbedringsforslag

- Har du forslag til hvordan vi kan forbedre opplæringen eller oppfølgingen av nye frivillige?
- Har du forslag til aktiviteter eller endringer i måten vi jobber på?

Avslutning

- Takk for innsatsen og bidragene.
- Avtal hvordan eventuell utlevering av materiell, t-skjorte eller annet skal håndteres.
- Informer om at de alltid er velkommen tilbake til Røde Kors i fremtiden.

Når en frivillig i fengsel overføres til et annet fengsel

Dersom en Røde Kors frivillig innsatt overføres til et annet fengsel der Fellesskap og førstehjelp allerede er etablert, kan vedkommende gå rett inn i frivilligruppen uten ekstra opplæring. Koordinator i fengselet bør i så fall kontakte koordinator i mottakende fengsel for å informere om overføringen og gi nødvendig bakgrunnsinformasjon om den frivilliges rolle og erfaring.

Når en frivillig i fengsel løslates

Ved løslatelse av en Røde Kors frivillig i fengselet er det ønskelig å gjennomføre en sluttsamtale dersom tiden tillater det. Samtalen kan brukes til å takke for innsatsen, oppsummere erfaringene fra rollen og avklare om personen ønsker å fortsette som frivillig etter løslatelsen.

Dersom den frivillige ønsker å fortsette i Røde Kors etter løslatelsen, kan koordinator i lokalforeningen formidle kontakt med riktig lokalforening. Koordinator i Røde Kors kan fungere som referanse eller utstede en skriftlig referanse.

📎 Mal for referansebrev finnes på [Korsveien.no](https://korsveien.no).

Korsveien – Aktiviteter – Visitortjenesten – Fellesskap og førstehjelp

Referansen kan også brukes i forbindelse med jobbsøking, og bør fremheve den frivilliges innsats, ferdigheter og erfaringer fra arbeidet i Fellesskap og førstehjelp.



Beskyttelse av innsatte og håndtering av bekymringer i Fellesskap og førstehjelp

I alle Røde Kors aktiviteter har Røde Kors et ansvar for å beskytte deltakerne og sørge for at aktivitetene gjennomføres på en trygg og respektfull måte. Dette gjelder også i Fellesskap og førstehjelp, der innsatte selv er frivillige. Prinsippene om å ikke skade - Do No Harm - og å ivareta enkeltpersoners rettigheter gjelder alltid.

En viktig forskjell fra andre Røde Kors aktivitetene er at frivillige innsatte ikke har ansvar for å melde bekymringer direkte til fengselsledelsen eller eksterne aktører. Dersom de blir bekymret for noe de har sett eller hørt, skal dette tas opp med veilederne fra lokalforeningen eller koordinatoren i fengselet. Veilederne har ansvar for å vurdere saken sammen med koordinatoren i Røde Kors, som eventuelt løfter saken videre.

Do No Harm – prinsippet

Do No Harm betyr at aktivitetene våre alltid skal være til det beste for deltakerne, uten utilsiktede negative konsekvenser. I fengselssammenheng innebærer det å være bevisst på hvordan aktiviteter kan påvirke enkeltpersoner og grupper – og å unngå at noen ekskluderes, stigmatiseres eller settes i en sårbar posisjon.

For å ivareta prinsippet må vi:

- Planlegge og gjennomføre aktiviteter med respekt for alle deltakere.
- Unngå handlinger som kan forsterke konflikter eller skape splittelse mellom innsatte.
- Sikre at frivillige har opplæring og støtte til å håndtere utfordrende situasjoner på en trygg måte.

Roller og ansvar i beskyttelsesarbeidet

Frivillige innsatte

- Har fokus på sin rolle i aktivitetene og på å være gode representanter for Røde Kors.
- Kan dele observasjoner og bekymringer med veilederne fra lokalforeningen.
- Skal ikke selv melde saker til fengselsledelsen eller eksterne aktører.

Veiledere fra lokalforeningen

- Mottar og vurderer bekymringer fra de frivillige innsatte.
- Tar opp saker med koordinatoren i lokalforeningen for videre oppfølging.

Koordinatorer i Røde Kors

- Har ansvar for å løfte saker videre til fengselsledelsen lokalt.
- Vurderer om saken skal eskaleres til distriktskontoret eller nasjonalkontoret.

Taushetsplikt

Alle ansatte og frivillige i Røde Kors har taushetsplikt om dem de hjelper, og om det de får vite gjennom rollen. Taushetsplikten følger av Røde Kors' taushets- og etikkerklæring, som alle ansatte og frivillige signerer. Dette innebærer blant annet at ansatte og frivillige ikke kan dele informasjon om innholdet i møter eller samtaler med deltakere til kriminalomsorgen, med mindre det foreligger unntak eller samtykke.

Opplysningsplikt

Opplysningsplikt betyr plikt til å varsle relevante myndigheter dersom det er umiddelbar fare for liv og helse, eller ved mistanke om alvorlige lovbrudd. I Fellesskap og førstehjelp skal frivillige innsatte som får kjennskap til noe som utløser opplysningsplikten, umiddelbart informere ledelsen i fengselet. I slike tilfeller skal de **ikke** følge den ordinære rutinen for bekymringer gjennom veileder og koordinatoren. Dette sikrer at fengselet kan handle raskt for å avverge fare.

Henvisning til hjelp

Henvisning betyr å koble en person med spesifikke behov til en relevant og tillitsverdig hjelpeaktør – uten selv å saksbehandle eller overta ansvaret for oppfølgingen.

I Fellesskap og førstehjelp skal Røde Kors frivillige innsatte ikke henvise direkte til eksterne tjenester som helsetjenester, rettshjelp eller andre organisasjoner. Hvis de ser at en medinnsatt som trenger bistand, kan de derimot henvise internt ved å:

- Gi beskjed til veiledere fra lokalforeningen, eller

→ Oppfordre den innsatte til å ta kontakt med ansatte i fengselet.

Veilederne og koordinator i Røde Kors vurderer om saken bør tas videre, og eventuelt hvem som er riktig aktør å kontakte.

På denne måten sikrer vi at henvisninger håndteres av personer som har oversikt over gjeldende rutiner, samarbeidsavtaler og eksterne aktører.

Humanitær dialog

Humanitær dialog betyr at Røde Kors tar opp bekymringer med relevante myndigheter eller samarbeidspartnere for å oppnå endring eller forbedring, uten å ta stilling til skyld eller ansvar. Dialogen skal alltid føres på en respektfull og konstruktiv måte, med mål om å ivareta enkeltpersoners rettigheter og sikkerhet.

I Fellesskap og førstehjelp er det ikke de frivillige innsattes oppgave å gjennomføre humanitær dialog. Deres rolle er å dele sine observasjoner og erfaringer med veiledere fra lokalforeningen eller koordinatoren i fengselet som vurderer sammen med koordinator i Røde Kors om saken bør løftes videre.

Avhengig av sakens alvor og omfang kan dialogen føres på ulike nivåer:

- **Lokalt nivå**
Direkte kontakt mellom koordinator i Røde Kors og fengselsledelsen for å finne løsninger raskt.
- **Regionalt nivå**
Oppfølging gjennom Kriminalomsorgens regionledelse dersom utfordringene gjelder flere fengsler i regionen.
- **Nasjonalt nivå**
Saker av nasjonal betydning eller med alvorlige rettighetsbrudd kan løftes til Kriminalomsorgsdirektoratet eller andre nasjonale myndigheter av Røde Kors sentralt.



Røde Kors skal alltid tilby støtte og oppfølging til frivillige som har vært involvert i eller berørt av alvorlige hendelser, inkludert ettersamtale ved behov.



Personvern og informasjonssikkerhet

I Fellesskap og førstehjelp er det et grunnleggende prinsipp at frivillige og innsatte skal være trygge på hvordan informasjon om dem håndteres. Røde Kors har i dette arbeidet ikke behov for å lagre personopplysninger utover det som er strengt nødvendig for å rekruttere, gi opplæring og godkjenne frivillige innsatte.

Når det likevel er behov for å behandle personopplysninger, skal dette alltid gjøres i tråd med Røde Kors sine personvernrutiner og gjeldende regelverk. Hver part – Kriminalomsorgen og Røde Kors – er selvstendig behandlingsansvarlig for de opplysningene de samler inn, og bestemmer selv formål og midler for behandlingen.

Det skal kun deles opplysninger mellom Røde Kors og Kriminalomsorgen som er nødvendige for å ivareta sikkerheten og rollen som frivillig, for eksempel informasjon om soningsforløp eller forhold som har betydning for frivilligruppens arbeid.

For kommunikasjon og profilering gjelder at bilder, video eller lydopptak i fengsel bare kan gjøres etter godkjenning fra fengselskoordinator, og alltid i tråd med Kriminalomsorgens regler.



Husk

God håndtering av personopplysninger handler ikke bare om regler, men også om å beskytte den enkeltes verdighet og rettigheter.

Personvern i praksis

- Samle inn og del kun det som er nødvendig («need to know»-prinsippet).
- Bruk alltid sikre og godkjente systemer for lagring og kommunikasjon, som Røde Kors e-post og lagring på Korsveien. Ikke bruk private e-postadresser, PC-er eller skytjenester.
- Opplysninger skal anonymiseres der det er mulig.
- Når en sak er ferdig behandlet, skal opplysningene slettes i tråd med gjeldende rutiner.
- Dersom det ikke foreligger akutt fare, må det innhentes samtykke fra den innsatte før personopplysninger deles videre. Samtykke innebærer at den innsatte har fått tydelig informasjon om hva som deles, hvorfor og med hvem – og har gitt frivillig og informert tillatelse.

Alle har rett til å varsle om kritikkverdige forhold i Røde Kors. Med kritikkverdige forhold menes for eksempel lovbrudd, brudd på interne regler, retningslinjer og etiske normer, eller annen alvorlig uakseptabel atferd – som trakassering, mobbing eller korrupsjon.

Slik varsler man i Fellesskap og førstehjelp

- Røde Kors frivillige innsatte
 - Frivillige innsatte har selv ikke mulighet til å logge seg på Røde Kors' varslingskanal. Dersom de ønsker å melde fra om noe, skal dette gå via deres veiledere eller koordinator i Røde Kors lokalforening.
 - Alternativt kan den Røde Kors frivillige innsatte ta opp saken direkte med koordinator i fengselet. Fengselskoordinator kan, ved behov, ta saken videre til fagrådgiver i Norges Røde Kors nasjonalt dersom det gjelder alvorlige avvik eller tillitsbrudd.

- Frivillige og ansatte i Røde Kors
 - Varsler til nærmeste leder eller aktivitetsleder.
 -  Eller via Røde Kors' varslingskanal på [Korsveien.no](https://korsveien.no)

Korsveien – Om oss – Organisasjonskultur – varsling om kritikkverdige forhold.

 Veileder for aktivitetsledere om varsling finnes på [Korsveien.no](https://korsveien.no)

Korsveien – Frivillighet og lokalforening – Ledelsesverktøy – Veileder for håndtering og varsling av kritikkverdige forhold i Røde Kors.

Varsling er en viktig del av trygg frivillighet. Det skal alltid være lav terskel for å si ifra, og Røde Kors frivillige innsatte skal være trygge på at varsler de løfter gjennom veiledere eller koordinatorene blir tatt imot, behandlet konfidensielt og fulgt opp.

Alle varsler skal tas på alvor og følges opp i tråd med Røde Kors sine retningslinjer for et trygt organisasjonsmiljø.

Samarbeid på tvers av Røde Kors aktiviteter

De Røde Kors frivillige i fengselet kan spille en viktig rolle i å formidle informasjon om andre relevante Røde Kors-tilbud. Dette kan gjøres gjennom informasjonsplakater, brosjyrer eller ved å tipse medinnsatte om aktiviteter de kan ha nytte av, som Visitortjenesten eller Nettverk etter soning. De frivillige skal ikke selv vurdere om innsatte er i målgruppen for et tilbud, men kan oppfordre til å ta kontakt med aktiviteten gjennom kontaktbetjent eller tilbakeføringskoordinator.

For å sikre et godt samarbeid må de andre Røde Kors-aktivitetene kjenne til Fellesskap og førstehjelp og rollen til de Røde Kors frivillige innsatte. Det anbefales derfor å ha et årlig samarbeidsmøte mellom aktivitetsledere i Visitortjenesten og ansatte i Nettverk etter soning, der man kan utveksle erfaringer, informere om tilbud og se på muligheter for felles arrangementer i fengselet.

Relevante Røde Kors aktiviteter:

- **Visitortjenesten** – Et tilbud hvor frivillige besøker innsatte jevnlig for å bidra til å motvirke isolasjon og skape et trygt samtalerom. Gjennom besøksordningen får innsatte en kontaktperson utenfor kriminalomsorgen og utenfor deres eget nettverk, som kan være en støtte i hverdagen. For mange innsatte er dette en viktig mulighet til å oppleve sosialt fellesskap, dele tanker og bli møtt som et medmenneske.

🕒 Mer informasjon finner man på aktivitetssiden for Visitortjenesten på [Korsveien.no](https://korsveien.no)
Korsveien – Aktiviteter – Visitortjenesten

- **Nettverk etter soning (NES)** – Støtter tidligere innsatte i å skape et liv uten kriminalitet og rus. Tilbyr én-til-én-oppfølging, sosiale møteplasser, fritidsaktiviteter, arbeidspraksis og økonomisk veiledning. NES finnes i dag i Oslo, Østfold, Stavanger, Bergen, Trondheim og Tromsø.

🕒 Mer informasjon finner man på aktivitetssiden for Nettverk etter soning på [Korsveien.no](https://korsveien.no)
Korsveien – Aktiviteter – Nettverk etter soning

- **Gatemebling** – Et volds- og kriminalitetsforebyggende tiltak for unge (15-25 år). Gjennom verksteder får deltakerne verktøy til å håndtere konflikter uten bruk av vold. Gatemebling gjennomfører konfliktverksteder for innsatte i fengsel og ved noen fengsler er visitorer også Gatemeblingsinstruktører.

🕒 Mer informasjon finner man på aktivitetssiden for Gatemebling på [Korsveien.no](https://korsveien.no)
Korsveien – Aktiviteter – Gatemebling

- **Oppsporingstjenesten** – hjelper innsatte som har mistet kontakten med familie eller nære venner på grunn av krig, konflikt eller migrasjon. Gjennom Røde Kors sitt globale nettverk – bestående av 190 Røde Kors- og Røde Halvmåne-foreninger, ICRC og IFRC – kan vi:

- Sende Røde Kors-meldinger
Skriftlige meldinger på standardiserte skjemaer til områder der vanlig postgang ikke fungerer. Tjenesten er gratis.
- Starte søk
Dersom den innsatte ikke vet hvor den savnede befinner seg, kan det settes i gang et oppsporingsarbeid basert på et eget skjema. Den som er savnet avgjør alltid selv om vedkommende ønsker å gjenoppta kontakten.

Hvordan fungerer tjenesten?

Frivillige i Røde Kors kan informere innsatte om muligheten til å sende meldinger eller oppsporingsskjemaer. Meldingene sendes via fengselets vanlige postrutiner til: Norges Røde Kors, Oppsporingstjenesten, Postboks 1 Grønland, 0133 Oslo

Viktig om personvern og innhold

Oppsporingstjenesten er underlagt taushetsplikt, og opplysninger som fremkommer i forbindelse med meldinger eller oppsporingssaker deles ikke med Kriminalomsorgen. Røde Kors-meldinger kan kun inneholde opplysninger av familiær karakter. Informasjon om politiske, religiøse eller militære forhold er ikke tillatt, og vil bli fjernet før meldingen sendes videre. Det er mulig å legge ved bilder, men penger eller andre gjenstander kan ikke sendes sammen med meldingene. Dersom det opprettes en oppsporingssak der personopplysninger må lagres, skal det alltid innhentes samtykke fra den innsatte.

🔗 Mer informasjon finner du på rodekors.no/tilbudene/oppsporingstjenesten
Rodekors.no – tilbudene – Oppsporingstjenesten

Samarbeid med andre organisasjoner

I alle fengsler er også andre organisasjoner til stede med sine aktiviteter og tilbud. For de frivillige i Fellesskap og førstehjelp er det nyttig å kjenne til hvem disse aktørene er, og hva de tilbyr. Det kan være for å unngå overlapp, koordinere tidspunkt eller samarbeide om arrangementer og tiltak. Kjennskap til andre organisasjoner gir også Røde Kors frivillige innsatte mulighet til å informere medinnsatte om relevante tilbud som kan støtte dem under og etter soning.

Her er noen av organisasjonene som ofte er aktive i norske fengsler:

- **For Fangers Pårørende (FFP)** – En landsdekkende støtte- og interesseorganisasjon for pårørende til innsatte og domfelte. De gir råd og støtte gjennom telefon, e-post, chat og samtaler ved kontorer i Oslo og Trondheim.
- **Wayback – stiftelsen livet etter soning** – En brukerorganisasjon som støtter tilbakeføring til samfunnet. De har en fadderordning der innsatte kobles med tidligere straffedømte som kan bistå i overgangen ut av fengsel.
- **Jussbuss og JURK (Juridisk rådgivning for kvinner)** – Tilbyr gratis juridisk rådgivning gjennom jusstudenter, med særlig fokus på rettigheter for innsatte og domfelte. De driver oppsøkende arbeid i fengsler og tar imot enkeltsaker.
- **Frelsesarmeens fengselsarbeid** – Har kapellaner som tilbyr samtaler, sjelesorg og støtte i fengslene. De gir oppfølging ved løslatelse, inkludert utenlandske innsatte gjennom «Safe Way Home», og har tilbud om åpen soning i Oslo (Elevator-prosjektet).

De frivillige i Fellesskap og førstehjelp kan ha en viktig rolle i å gjøre innsatte kjent med hvilke tilbud som finnes fra andre organisasjoner. Dette innebærer å holde seg orientert om hvilke aktører som er til stede i fengselet, og bidra til at brosjyrer og annet informasjonsmaterieell er lett tilgjengelig for innsatte. Dersom materieell mangler eller må oppdateres, bør de frivillige gi beskjed til sin veileder eller koordinator. Frivillige kan også være aktive på servicetorg eller andre arenaer i fengselet der informasjon deles, slik at innsatte får bedre oversikt over de ulike mulighetene som finnes.

DEL 4

Økonomiarbeid
og søknad om midler

Grunnfinansiering

Fellesskap og førstehjelp mottar nasjonal støtte gjennom Kriminalomsorgsdirektoratet (KDI) og Helsedirektoratet. I tillegg mottar alle Røde Kors lokalforeninger som driver aktiviteten et årlig tilskudd på 25 000 kr. til drift. Tilskuddet søkes gjennom Røde Kors sin Søknadsportal. Hvordan dette gjøres er beskrevet under.

Budsjett og regnskap

Både for å kunne søke om de midlene man trenger og for å ha en god plan for bruk av midlene man får tildelt, må man sette opp et budsjett som viser plan for bruk av midler. Alle Røde Kors aktiviteter har også ansvar for å holde oversikt over pengebruk ved å føre regnskap. Etter hvert som man bruker penger må man være nøye med å føre det opp, slik at man har oversikt og et tydelig regnskap. Derfor er det viktig å ta vare på alle kvitteringer. Lokalforeningens regnskapsansvarlig kan kontaktes dersom dere trenger støtte.

Søknad om midler i Røde Kors

Søknadsportalen – Røde Kors sitt interne system for å søke midler

Søknadsportalen er organisasjonens eget system for å fordele midler fra nasjonalkontoret til distriktskontorer og videre til lokalforeninger. Hver høst kan lokalforeninger med Visitortjeneste og Fellesskap og førstehjelp søke om midler til aktivitet via Søknadsportalen. Denne søknaden blir sendt til distriktskontoret, som videre sender en søknad på vegne av hele distriktet til nasjonalkontoret.

Hva må med i en god søknad?

Hva konkret søkes det midler til? (f.eks. fellesarrangementer for innsatte, opplæring av frivillige, regionale samlinger)

- Mål for tiltaket – hva ønsker man å oppnå?
- Hvor, når og hvordan skal tiltaket gjennomføres? Vis at dere har en plan.
- Hva vil tiltaket koste?

Tips

- **Vær konkret** – unngå vage formuleringer som "Vi vil gjøre en innsats for innsatte". Forklar heller *hvordan* og *hvorfor* aktiviteten har betydning.
- **Bruk data og eksempler** – Antall innsatte, hvor mange som kan delta, og hvordan tiltaket har fungert tidligere.
- **Koble søknaden til Røde Kors' humanitære mandat** – Hvordan tiltaket bidrar til å redusere isolasjon og forbedre livskvalitet for innsatte.

En god søknad viser at tiltaket er **gjennomtenkt, realistisk og har tydelige mål**, samtidig som den gir en god oversikt over hva midlene skal brukes til.

Utbetaling

Tildelte midler utbetales kun til lokalforeningens hovedkonto (medlemskontingentkonto). For å få midler utbetalt må lokalforeningen ha sendt inn årsregnskap og årsrapport. Midlene skal brukes i tråd med tildelingen. Dersom midlene ikke benyttes som planlagt, må lokalforeningen enten betale tilbake beløpet eller søke om omdisponering.

Rapportere på midler

Den som sendte inn søknaden skal etter året er omme også rapportere i Søknadsportalen. Lokalforeningene rapporterer til distriktskontoret via Søknadsportalen, som behandler rapportene og har ansvar for å kvalitetssikre dem og slå dem sammen til en hovedrapport til nasjonalkontoret for behandling innen fristen. Frist for innsending av rapport får du informasjon om fra ditt distrikt.

Hvordan skrive en god rapport?


Rapporten skal beskrive hva midlene ble brukt på, aktiviteten som ble gjennomført, hvor mange som deltok og eventuelt om det ble noen endringer fra opprinnelige planer. Rapporteringen er også en fin måte å få frem og formidle hva man har fått til gjennom året. Derfor er det fint å rapportere også på aktivitet som ikke nødvendigvis kostet penger. Rapporteringen fra Søknadsportalen blir også brukt i årlig nasjonal rapportering på tildelingen fra Kriminalomsorgsdirektoratet.

Vil du lære mer om [Søknadsportalen](#), kan du lese mer på [Korsveien.no](#)

 Korsveien – Økonomi – Inntektsarbeid – Søknadsportalen.

Ekstern finansiering


Det finnes også mange muligheter å søke støtte til aktiviteter for lokalforeninger hos eksterne aktører.

 Under er noen muligheter for ekstern finansiering presentert, men mer utfyllende informasjon finnes på Korsveien: [Søke støtte til aktivitet.](#)

Korsveien - Økonomi – Inntektsarbeid – Søke støtte til aktivitet.

- **Søke støtte fra stiftelser**

Mange stiftelser støtter frivillig aktivitet. Enkelte søknader sendes nasjonalt, mens andre kan sendes lokalt. Hvordan man søker støtte varierer basert på utlysninger og stiftelse.

 Ta kontakt med ansatt på distrikt eller nasjonalkontoret ved spørsmål om søknader til stiftelser, eller les mer om ulike stiftelser og søknadsskriving på Korsveien - [Søke støtte til aktivitet.](#)

Korsveien – Økonomi – Inntektsarbeid – Søke støtte til aktivitet.

▪ **Stiftelsen Dam**

Røde Kors er medlem av tilskuddsordningene i Stiftelsen DAM og har en egen koordinator for søknader som går til Stiftelsen DAM som gjør det enklere å søke midler der. Det kan søkes om både store og små prosjekter. DAM Ekspress gir opptil 40 000 kr. til mindre prosjekter.

🔗 Nasjonalkontoret har laget [denne veilederen](#) for frivillige og ansatte om hvordan søke midler hos Stiftelsen Dam. Veilederen og mer informasjon finner du på Korsveien:

Korsveien – Økonomi – Inntektsarbeid – Søke støtte fra Stiftelsen Dam.

De Røde Kors frivillige innsatte skal oppfordres til å selv skrive søknadene, med hjelp fra veiledere og koordinator i Røde Kors som sender inn skjemaet på nett. Eksempler på søknader til Stiftelsen DAM Ekspress som har blitt innvilget i Fellesskap og førstehjelp er;

- Prosjekt «Solvett» i Verdal fengsel mottok 10 000 kr. for innkjøp av solkrem.
- Prosjekt «Julekonsert» ved Bredtveit fengsel mottok 23 000 kr. for gjennomføring av julekonsert i samarbeid med Grorud Kirke.
- Prosjekt «Hobbyverksteder» i Ravneberget fengsel mottok 40 000 kr. for innkjøp av hobbymaterialer.

Ønsker dere å søke, ta kontakt med ihna.stallemo@redcross.no som bistår med å opprette en søknad for dere i Stiftelsen DAM sitt søknadssystem.

▪ **Lokalt næringsliv**

Lokale bedrifter kan være en viktig ressurs for Fellesskap og førstehjelp – både med økonomisk støtte, gaver, tjenester eller kompetanse. Lokalforeningen kan bidra til å åpne dører og etablere kontakt. Dersom det er aktuelt å starte et samarbeid lokalt, kan lokalforeningen ta kontakt med næringslivsenheten på nasjonalkontoret. De kan bidra med erfaring, råd og veiledning i prosessen.

🔗 På Røde Kors sine nettsider finner du oppdatert informasjon om nåværende partnerskap og retningslinjer.

Korsveien – Økonomi – Inntektsarbeid – Samarbeid med næringslivet



Liste over aktiviteter

- som har blitt gjennomført av Røde Kors frivillige innsatte i ulike fengsler

Her er en oversikt over aktiviteter gjennomført av Røde Kors frivillige innsatte i ulike fengsler, kategorisert etter type. Listen kan brukes som inspirasjon for å planlegge aktiviteter i andre fengsler. Ta gjerne kontakt dersom du ønsker forslag til hvordan hver aktivitet kan gjennomføres i praksis eller maler som allerede finnes.



Fysiske aktiviteter

Fysiske aktiviteter gir innsatte bedre helse, mestringsfølelse og et viktig avbrekk i hverdagen. Mange av aktivitetene kan gjennomføres med enkle midler, og gir både trening og sosialt fellesskap.

Eksempler som er gjennomført i fengsel:

- **Yogakurs** – kan tilpasses alle nivåer.
- **Sirkeltrening i luftegården** – korte øvelser som kan gjøres uten utstyr.
- **Trim for eldre innsatte** – Etablert egen treningstid på treningsrom for eldre innsatte, inkludert opplæring av tilpassede øvelser.
- **Flyer med celle-øvelser** – beskrivelse av enkle treningsøvelser man kan gjøre alene på cella.
- **Yoga-sertifiseringskurs** – innsatte får mulighet til å bli instruktører og holde timer for andre innsatte.
- **Trimbingo** – kombinerer fysisk aktivitet med spill og premiering, noe som øker motivasjonen.
- **Walk 'n Talk** – gågrupper i luftegård eller på fengselsområdet, der samtale og fysisk aktivitet kombineres.



Sosial inkludering

Tiltak som bidrar til å skape fellesskap og opplevelse av tilhørighet.

Eksempler som er gjennomført i fengsel:

- **Bålkaffe** – en lavterskel aktivitet med treff rundt en bålpanne ute på høst og vinter, gjerne med kokekaffe på bålet, som legger til rette for samtaler og fellesskap.
- **Grillkveld** – sosial samling ute med mat og fellesskap.
- **17. mai-feiring** – markering med flagg, aktiviteter og samvær i luftegården.
- **Pride-markering** – arrangement som synliggjør mangfold og støtter opp under likeverd og inkludering.



Informasjonskampanjer om helse

Kampanjer og temadager som øker kunnskap om helse og forebygger sykdom.

Eksempler som er gjennomført i fengsel:

- **Solkremkampanje** – utdeling av solkrem og brosjyre om hudhelse om sommeren.
- **Håndvask- og hygieneprosjekt** – opplysningsarbeid med plakater og praktiske tips.
- **Prostatamåned** – helsesjekk og informasjon om tidlig oppdagelse av sykdom.
- **Markering av Overdose-dagen** – kampanje for å spre kunnskap og redusere stigma.
- **Førstehjelpskurs og førstehjelpsøvelser** – grunnleggende førstehjelp for både innsatte og ansatte.
- **Movember-kampanje** – fokus på menns helse gjennom informasjon og synlige markeringer.
- **Ernæringskurs** – praktiske kurs med tips om kosthold og helse.



Psykososial støtte

Aktiviteter som styrker psykisk helse, gir rom for refleksjon og samtale, og skaper opplevelser av mening.

Eksempler som er gjennomført i fengsel:

- **Stille sone** – et rom i fengselet for ro og hvile.
- **Markering av Verdensdagen for psykisk helse** – synliggjøring av psykisk helse som tema.
- **Mindfulness-workshop** – enkle teknikker for ro, tilstedeværelse og stressmestring.
- **Søvnhygiene-kurs** – opplæring i enkle teknikker for innsovning.
- **Menneskeverd-markering** – arrangementer som setter søkelys på verdighet og likeverd.
- **Åpningstider på Røde Kors-kontor** – skaper forutsigbarhet og lav terskel for kontakt.

- **Kurs i Førstehjelp ved selvmordsfare** – gir innsatte kunnskap om hvordan møte og hjelpe andre i krise.



Kommunikasjonsarbeid

Synlighet og informasjon er viktig for å skape engasjement og bygge fellesskap.

Eksempler som er gjennomført i fengsel:

- **Markering av Røde Kors-dagen** – feiring og synliggjøring av Røde Kors' arbeid.
- **Informasjonsmøter** – åpne møter om aktivitetene som finnes i fengselet.
- **Brosjyre for nyinnsatte** – informasjonshefte som introduserer Røde Kors-tilbudet.
- **Infomøter for nyinnsatte** – gjennomføring av møter for nyinnsatte for å informere om fengselet, tilbud og rutiner.
- **Servicetorg** – tilstedeværelse med informasjon og brosjyrer.
- **Markering av kvinnedagen 8. mars** – arrangementer og aktiviteter knyttet til dagen.
- **Bok med egenskrevne tekster** – innsatte deler dikt, fortellinger eller refleksjoner i bokform.



Aktivisering

Tiltak som gir trivsel, glede og meningsfulle aktiviteter i hverdagen.

Eksempler som er gjennomført i fengsel:

- **Drivhus** – innsatte dyrker grønnsaker og planter sammen.
- **Kinokvelder** – filmvisning med fellesskap.
- **Spillkvelder / quiz** – lavterskel sosial aktivitet.
- **Turneringer** – volleyball, fotball, basket, bordtennis, frisbeegolf, dart, badminton, kubb, etc.
- **Sommerleker / Sommer-OL** – utendørsaktiviteter som skaper lagfølelse og fellesskap.
- **Hekle- og strikkekvelder** – kreativ aktivitet som gir ro og mestring.
- **Aktivitetsflyer** – delt ut til innsatte med sudoku, enkle matoppskrifter og håndarbeidstips.
- **Påske- og juleverksted** – kreativt verksted med tema.

- **Skrive- og tegnekurs** – mulighet til å uttrykke seg og utvikle ferdigheter.



Andre tiltak

Tiltak som bidrar til trivsel, engasjement og en bedre hverdag, selv om de ikke passer inn i de andre kategoriene.

Eksempler som er gjennomført i fengsel:

- **Søppelsortering og pantesystem** – miljøtiltak med praktisk nytte.
- **Frisørdag** – innsatte får tilbud om håklipp.