

Røde Kors *avisa*

for Rogaland og Flekkefjord by

Utgave nr. 1 | mai 2024



DEDIKERTE FRIVILLIGE: De mer enn 3000 frivillige er den viktigste ressursen i Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by. Møt åtte av de som bruker fritiden sin på å hjelpe andre.
Side 3, 4 og 5



FRIVILLIGE PÅ ÅNA: Innsatte kurses som Røde Kors-frivillig for å bedre den psykiske og fysiske helsen i fengselet. Lisbeth Tandrevold (Stavanger Røde Kors) og Marit Opstad Mæland (Nærbø Røde Kors).

Side 11



MR. ROGALAND RØDE KORS: Per Arne Lea er en kjent skikkelse i Røde Kors-sammenheng. Siden midten av 1990-tallet har han ledet Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by.

Side 6 og 7



POPULÆR TUR: Margrethe Mellemsæther (90) er en av mange sprekinger som ukentlig er med på tur i Vangen. Her sammen med Frøydis Eggen.

Side 8 og 9



Jørn André Kårstad Idsal
Distriktsleder i
Rogaland Røde Kors
med Flekkefjord by

FRIVILLIGHET I NYE FORMER

Frivilligheten har lang tradisjon i Norge. Statistisk sentralbyrå anslår at frivillig arbeid tilsvarer 142.000 årsverk. Dette er mye i ren arbeidskraft, men det er vanskeligere å måle verdien av dette for den enkelte frivillige.

Ofte blir muligheten til å hjelpe, i tillegg til samhold og felles interesser trukket fram når frivillige forklarer hvorfor de velger å bruke fritiden sin i Røde Kors. Flere av dem du møter i denne avisen peker også på vennskap og fellesskap som grunner til å være frivillig. Mange kaller nettverket sitt i Røde Kors sin andre familie. I Rogaland består denne familien av drøyt 3000 frivillige.

Som med alt annet, er også frivilligheten i endring. Både aktiviteter og

tilbud må tilpasses stadig nye samfunnsutfordringer. Hjelpekorpset er som alltid beredt til å rykke ut. Men der de tidligere ble kalt ut på leteaksjoner etter savnede skiløpere eller fotturister, leter de nå oftere etter dem som ikke kan gjøre rede for seg, eller som ikke vil bli funnet. Søk i bynære strøk er blitt like vanlige som i fjellheimen.

De som er i livets høst, kan også kjenne på ensomhet. Frivillige i Våketjenesten bidrar til at ingen skal dø alene. Som medmennesker tilbyr de nærvær og en hånd å holde i, de siste timene og dagene. Det er trøst og hjelp, for de som ikke har pårørende eller der pårørende trenger et avbrekk. Nylig feiret våketjenesten i Rogaland, som har blitt en av de største i landet, sine fem første år.

Innsatte i fengsler er en gruppe som på mange måter eksisterer på siden av samfunnet. Mange opplever at livet blir satt på vent mens de soner. Fellesskap og førstehjelp i fengsel er et tiltak der Røde Kors legger til rette for at innsatte er frivillige som planlegger og gjennomfører prosjekter knyttet til fysisk og psykisk helse i fengselet.

Samtidig som Røde Kors utvikler og tilpasser seg, består verdiene vi er tuftet på. Frivillighet er avgjørende for at vi skal evne å utføre oppdraget vårt om å avdekke, hindre og lindre menneskelig nød og lidelse. Videre er prinsippene om nøytralitet og upartiskhet viktige for at vi skal hjelpe de som trenger hjelp, uavhengig av bakgrunn eller tilhørighet.

VERDIEN AV FRIVILLIGHET



BIRGITTE BREKKE brenner for frivilligheten. Foto: Human Rights House Foundation

Tekst: Ingeborg Dirdal

Vi vet at det er godt å være frivillig. Du får nettverk og nye venner, du kjenner at du gjør noe nyttig, og du ser at det nytter å engasjere seg.

I Norge skiller vi mellom «offentlig sektor» og «privat sektor». Men vi har også en tredje, nemlig «frivillig sektor». Vi er av de beste på dugnad i hele verden. Samlet sett tilsvarer frivillig arbeid i Norge 142.000 årsverk. Hele 62 prosent av nordmenn over 16 år var med på frivillig arbeid i løpet av 2023. Statistisk sentralbyrå beregner verdien av frivillig arbeid til 78 milliarder kroner årlig.

– Dette er ganske formidable tall. Norge ville rett og slett sett helt annerledes ut uten frivillige, forteller Birgitte Brekke.

Brekke jobber som konsulent og selger tjenester til frivillige organisasjoner. Hun har lang erfaring som ansatt og tillitsvalgt i frivilligheten, har jobbet med frivillighetspolitikk i mange år og ledet Frivillighetens år i 2022. Hun brenner for at frivilligheten skal fungere så godt som mulig.

Hvem er frivillige?

I Røde Kors har vi nesten 42.000 fri-

villige fordelt på 368 lokalforeninger. Det er flest frivillige i aldersgruppen 20-29 år, men snittalderen er 48 år. 58 prosent er kvinner.

Oftest ser vi Hjelpekorpset i media, i 2021 var det 1772 søk- og redningsoppdrag. Den største delen av frivillige er besøksvenner, hele 9631 personer var registrert i en slik aktivitet i 2021. I tillegg jobber mange frivillige med organisasjonsarbeid, som styrearbeid, kommunikasjon, opplæring og mange andre aktiviteter.

Hva betyr den høye deltakelsen?

– Frivilligheten har stor betydning for samfunnet og for den enkelte frivillige og deltaker, forteller Brekke.

Frivillig arbeid bidrar til inkludering og integrering, det betyr uformell og formell læring, det er aktiv demokratideltakelse, og gir bedre forståelse for samfunnet vi lever i.

– Frivillige organisasjoner har høy tilfitt i befolkningen. Deltakelse gir bedre

folkehelse og levende lokalsamfunn. Så gevinstene er mange, legger hun til.

Frivillighetsundersøkelsen i Røde Kors viser at de som er frivillige motiveres av muligheten til å hjelpe andre, gjøre noe helt konkret for saker de brenner for, og ikke minst å treffe andre mennesker og få nye venner.

– Det er ingen tvil om at det å være frivillig gir økt livskvalitet og livsglede. Å føle tilhørighet og nettverk er viktig for alle, forteller Brekke.

Frivillige i Røde Kors er JA-mennesker, og bidrar ofte i minst en annen frivillig organisasjon, hele to av fem bekrefter dette.

I løpet av perioden januar til oktober i 2022, kom 7179 nye frivillige inn i aktiviteter i Røde Kors-regi i Norge. Verdien av Røde Kors sin frivillige innsats i Norge tilsvarer 1,4 milliarder kroner. Så ikke tro at du ikke er verdifull.

Din innsats er viktig.

ANSVARLIG UTGIVER:

Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by
Nikkelveien 14, 4313 Sandnes
Tlf. 22 05 40 00
E-post: postrogaland@redcross.no
www.rodekors.no/rogaland

ANSVARLIG REDAKTØR:

Jørn André Kårstad Idsal

REDAKSJON:

Runar Koppergård, Karin Haga Karstensen,
Kurt Håland, Ingeborg Dirdal, Chariwan
Suphalakwatchana og Karoline Reilstad.

ANNONSE- OG LAYOUTANSVARLIG:

Bell Media AS
silja.digranes@bellmedia.no

TRYKK:

Amedia Trykk og Distribusjon AS
Tlf. 63 80 50 80

OPPLAG:

77.500

Signerte innlegg representerer nødvendigvis ikke Røde Kors' offisielle syn.

Røde Kors

– frivillighet og fellesskap

De ofrer ferie og fritid, står opp midt på natten for å hjelpe og blir værende år etter år. Hva er det som driver dem? Her møter du åtte frivillige som deler sine tanker om Røde Kors, frivilligheten og motivasjonen for å hjelpe.

■ **Tekst:** Karin Haga Karstensen **Foto:** Privat

ANNE KARI, 23 ÅR

(Røde Kors'er siden 2016)

HJELMELAND



Hvorfor startet du i Røde Kors?

Far var med lenge, og du kan vel si at jeg ble født inn i Røde Kors. Jeg er hovedsakelig med i hjelpekorpsset, men satt også i distriktsrådet for ungdom en kort periode. Jeg synes det er veldig kjekt å være med på store arrangement der flere korps samarbeider. Her får du mye erfaring med alt du kan komme borti i Røde Kors, det kan skje mye forskjellig på kort tid.

Hva betyr Røde Kors for deg?

Det er kjekt å lære nye ting, og å treffe folk med samme interesser. Du kjenner på en glede og et engasjement, og det er givende arbeid. Det er sosialt, og et godt miljø. Det blir på en måte to nettverk. Jeg har familien og de vennene jeg er mest med, og så har jeg Røde Kors-vennene. Jeg har flyttet til Klepp, men holder på lokalkorpsset på Hjelmeland for det sosiale. Jeg tenker jeg blir værende i Røde Kors, selv om jeg får familie og får det travelt på andre måter. Det er noe med samholdet, noe felles som alle brenner for. Vi ønsker å hjelpe.

KÅRE, 72 ÅR

(Røde Kors'er siden 1969)

SANDNES



Hvorfor startet du i Røde Kors?

Det var nok litt eventyrlyst, i tillegg til at jeg kjente en del som allerede var med. Det ble et sosialt møtested. Det var de samme folkene du traff, og etter hvert de samme som du reiste på ferie med. Jeg startet i hjelpekorpsset og steg i gradene der, via distriktet og så i landsstyret, og tilbake til styret i Sandnes Røde Kors. Jeg har vært med som leder i totalt 17 år.

Det var hjelpekorpsset som var det store. Jeg var mye med i ambulansetjenesten. Det ble mange vakter i snøen, men etter hvert mindre snø og mer annet. Når en blir gammel, blir en sittende i styret i stedet for å springe rundt i Sirdal.

Hva betyr Røde Kors for deg?

Det har vært den store hobbyen opp gjennom årene. Jeg har blitt mer og mer opptatt av å se helheten og mulighetene. Hvor godt vi har det sammenlignet med andre land. Da vi startet i utenlandstjenesten i sin tid, hjalp vi å bygge opp

- Det har vært den store hobbyen opp gjennom årene.

noen skoler og støttet et distrikt utenfor Nairobi i Kenya. Jeg har bare vært der en gang, men det var helt fantastisk.

Jeg besøkte også Kosovo under krigen. Det var spennende på en annen måte. Der hjalp vi en liten landsby med å overleve en litt hard vinter.

Jeg har vært i Romania 40-50 ganger, gjennom flere prosjekter. I et prosjekt som ble kalt generasjonsklubben, hjalp vi besteforeldre og barnebarn til å lære av hverandre, et sosialt og fint prosjekt. Her fikk vi inn litt nødhjelp og kosthold sammen med aktiviteten, men så ble folk værende etterpå også. Har du kommet inn i miljøet, så blir du. Det blir som en familie.

Ja, du gir deg ikke i Røde Kors nå?

Nei, nei. For øyeblikket har jeg ingen verv, men om jeg tar på meg nye verv får tiden vise. Kona har vært med like lenge som jeg, og barna har også vært med. Nå er barnebarna på veg inn.

INGRID, 38 ÅR

(Røde Kors'er siden 2011)

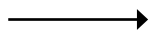
STAVANGER



Hvorfor startet du i Røde Kors?

Det begynte med at jeg alltid har hatt lyst å være blodgiver. Siden jeg har bodd en del i utlandet, kunne jeg ikke det, men på nettsiden så jeg at jeg kunne gjøre andre ting. Jeg landet på hjelpekorpsset, men har også vært med som leksehjelper, ressursgruppe for ettersamtale og ulike aktiviteter for barn. Etter at jeg vervet meg skjedde 22. juli, og det ga en ekstra glød til å bidra. Jeg fikk en stor mening med livet gjennom hjelpekorpsset, og følte virkelig at jeg kunne være med å bidra med noe. Jeg har også hatt verv i hjelpekorpsset, som har bidratt til mestring og en følelse av at jeg er en ressurs.

Jeg føler en enorm trygghet overfor mine medfrivillige. Fordi vi ikke alltid vet hva som skal skje, må vi kunne stole på, lene oss på og være sårbare med hverandre. Når jeg har hatt tøffe perioder i livet, så må folk vite om det. Det er en gjeng som jeg stoler 100 prosent på, og som jeg gjerne deler mer med enn med andre.



- Jeg er kjempestolt av Røde Kors, og alt organisasjonen gjør.

Felles verdier er utgangspunkt for de som begynner i hjelpekorpsset.

Hva betyr Røde Kors for deg?

Jeg er kjempestolt av Røde Kors, og alt organisasjonen gjør. Det vi gjør i Norge kan også påvirke hva vi kan bidra med i resten av verden. Upartiskhet og nøytralitet er prinsipper som kan være vanskelige når vi ser det som skjer i verden. Men vi må være bevisste på at dersom vi ikke er nøytrale, så kommer ikke hjelpen vår frem et annet sted i verden der noen trenger det.

Hvordan er balansen mellom privatliv og frivillighet?

Venner er stolte av at jeg er med i hjelpekorpsset, men det tar mye tid og krever prioritering. Andre aktiviteter er enklere å planlegge, mens hjelpekorpsset kan kalle deg ut når som helst. Det som er så fint, er at du stiller når du kan. Det er også lov å ta pauser, og du er alltid velkommen tilbake. Det er veldig godt å komme tilbake etter en pause. Det føles som å komme tilbake til skolen etter ferien. Du får en varme i hjertet.

CHARIWAN, 26 ÅR

(Røde Kors'er siden 2018)

KARMØY



Hvorfor startet du i Røde Kors?

Jeg hadde venner som var med, og det var gratis. Da var det lett å være med noen ganger. Jeg startet i ungdom, og ble også etter hvert med i hjelpekorpsset.

Det føltes naturlig å bli værende. Jeg ble fort inkludert og følte jeg hørte til. Det ble et sted der vi som venner hang sammen. Jeg ble etter hvert mer og mer dratt inn, og engasjerte meg i sosiale medier og litt annet. Jeg ble med i ungdomsrådet til Karmøy Røde Kors i 2020, og har trivdes med det.

I ungdom har vi ulike aktiviteter, slik at det er noe for alle. Vi har vært i Kongeparken, i klatreveggen i Haugesund, padlet kano, spilt innebandy og gått turer. Vi veksler på å være ute og inne. Jeg synes det er spesielt fint når vi lager jule- og påskegledeposer. Her får ungdommene blant annet litt aktiviteter de kan gjøre mens skolen er stengt. Vi får ideer av et nettverk av ungdomsledere på treffpunkt-samlinger, og ofte sier ungdommene selv hva de liker å gjøre.

Hva betyr Røde Kors for deg?

Å kunne bidra til å gjøre samfunnet bedre, gjennom å gi ungdom et sted hvor de kan komme som de er. Jeg skulle ønske jeg hadde det da jeg var ungdom. Det betyr mye å se at ungdommene åpner seg etter hvert og snakker mer. En av de som er hos oss nå var kjempestille da han startet, og nå snakker han veldig mye hele tiden. Vi ser at det betyr noe for ungdommene, de kommer tross alt tilbake hver uke. De er på samme alder, og blir kjent med hverandre etter hvert.

PER OLAV, 58 ÅR

(Røde Kors'er siden 1989)

KARMØY



Hvorfor startet du i Røde Kors?

Tanten til far min forsvant, og Røde Kors fant henne i god behold. Da ble jeg med i hjelpekorpsset, og har etter hvert vært innom de fleste vervene lokalt og i distriktet. Jeg er også delegat på feltsykehuset til Norges Røde Kors. Jeg var med på den første utenlandstjenesten der det var hjelpekorps med, i Sarajevo under Balkankrigen, og kjørte ned mange ambulanser.

Det er lett å fortsette når det er et godt miljø og kjekt å være med. Jeg har truffet mange Røde Kors-folk rundt omkring, og truffet mange nye frivillige, fra sju forskjellige land og i ulike aktiviteter. Røde Kors-folk er gjenkjennelige gjennom enhetstankegangen. Og det at det alltid er noen som har det verre enn deg som du kan hjelpe. Slike fine folk er det lett å like.

Hva betyr Røde Kors for deg?

At jeg kan hjelpe de som trenger det. Det er i tillegg et godt samhold, og du blir kjent med mange ulike mennesker. Du blir aldri utlært, spesielt når du beveger deg på tvers av aktivitetene. Jeg har vært med i både hjelpekorps, ungdom og omsorg, samt innehatt ulike verv. Det er viktig å huske på enhetsprinsippet, og ikke låse seg til en aktivitet.

Har du en spesiell historie, eller noe som har betydd mye for deg?

Det er så mye som har skjedd. I utenlandstjenesten har jeg fått hjelpe mange. Så har vi jo den store på Karmøy: Sleipner-ulykken i 1999. Det var spesielt

- Det er jo en livsstil, så det må jobb, venner og familie forstå.

å være utpå Sletta og se alle redningsvestene som blinket. Det er også gode ting, som det å kunne fortelle foreldrene at vi har funnet barnet deres i god behold etter en leteaksjon. En ting jeg kommer på er en redningsaksjon på sjøen utenfor Karmøy. Det var en mann som hadde falt over bord, dessverre omkommet. Når jeg kommer til land og informerer om dødsfallet, får jeg en klem av kona hans. Hun sier «takk for at dere fant han». Sånt gjør varig inntrykk.

Har du hatt noen pauser, eller vurdert å slutte?

Tja, jeg hadde kanskje et opphold på to dager en gang. Nei, jeg har nok alltid vært med. «Er du hjemme nå, er ikke du med på Røde Kors-ting?», blir jeg ofte spurt. Det er jo en livsstil, så det må jobb, venner og familie forstå. Folk kjenner meg som han fra Røde Kors.

Johan P. Johnsen AS Nedre Holmegate 22 4006 Stavanger Tlf. 51 89 50 88		 Prestegardsmarka 4, 4347 Lye Tlf. 51 48 19 34 www.transtec.no	 Haugesund Silketrykk Tlf: 52 72 60 30 www.haugesundsilketrykk.no	Kjeveortoped Sigurd Sivertsen Ølengata 10, 5522 Haugesund Tlf: 52 72 78 11	 Knapphus Bensinstasjon Tlf. 99 09 52 86 post@knapphus.no	 Kåre Ekrene TRAFIKKSKOLE Ludolf Eides gate 6 5925 Haugesund Tlf. 52 71 75 66 Fører kort klasse A og B, mopedbil, moped og traktor
 PIZZABAKEREN KOPERVIK TLF: 52 82 52 00 kopervik@pizzabakeren.no		 ke 4 år automasjon		 K.A.R.M.O.Y bilcenter www.karmoybilcenter.no 		

KAREN, 43

(Røde Kors'er siden 1990)

BRYNE



Hvorfor startet du i Røde Kors?

Jeg er vel litt født inn i Røde Kors. Far var leder for ambulansetjenesten i Brattvåg, så da var jeg litt inne i miljøet da jeg ble med der. Mor ble også med, og er nå lokalforeningsleder der hjemme. Selv startet jeg i URK (ungdommens Røde Kors), og gikk over i hjelpekorps et og ble etter hvert korpsleder. Så ble det flytting og turnusjobbing og en pause på ti år, før jeg startet i Bryne Røde Kors.

Hvorfor ble du værende?

Man lærer mye av Røde Kors, den gamle historikken. Jeg ble nok bitt av basillen og glemte at det var frivillighet. Det satte seg i ryggmargen. Så får du jo venner for livet, og får oppleve mye forskjellig. Jeg var i Libanon i 1999, gjennom et utvekslingsprosjekt. Det var litt krigsherjet, og vi fikk oppleve en annen måte å drifte Røde Kors på. Det var så fint å se hvordan man kunne hjelpe folk i nød med så få midler. Det er nok det sterkeste jeg har opplevd, men det er så mye annet å dra fram også. Vi må ikke glemme hvorfor vi ble med, og alle verdiene og kunnskapen som ligger i bunn.

Hva betyr Røde Kors for deg?

Røde Kors betyr veldig mye for meg. Det er en egen familie, en egen gjeng du har mye felles med. Et sted der du får yte noe uten å kreve noe tilbake igjen. Røde Kors har mange gode aktiviteter som dekker mange ulike behov. Det er fascinerende hvor bredt det er og hvor mye forskjellig du kan engasjere deg i.

WENCHE, 36 ÅR

(Røde Kors'er siden 2004)

HAUGESUND



Hvorfor startet du i Røde Kors?

Pappa var operativ leder i hjelpekorps et, og mente jeg måtte bli med. Jeg slapp førstehjelpsundervisning i skolen, så det startet der. Videre var jeg raskt inne i mitt første verv, det var jo gøy! Det er så utrolig mye vi kan gjøre og lære. Røde Kors er så bredt og har så mange nivåer at du stadig kan fornye deg.

Hva betyr Røde Kors for deg?

Jeg har vært med i 20 år, da blir det en del av identiteten. Jeg er hun fra Røde Kors, på en måte.

Jeg har også fått en del muligheter som andre ikke får. Utvikling og utfordringer, som jeg kan nyttiggjøre meg av i arbeidslivet og ellers i livet. Jeg har fått reise og har mange valgmuligheter. En fordel vi har er at organisasjonen består av mange ulike aldersgrupper. Jeg har venner og bekjentskaper i alle aldre. Når du jobber mot et felles mål, blir ikke alder så viktig. Disse vennskapene ville jeg nok ikke hatt ellers.

Er det noe spesielt du ønsker å trekke frem?

Det er helt klart noen leteaksjoner som har satt sine spor gjennom årene, men skal jeg trekke frem noe, må det bli julaften-prosjektet. Det har blitt et hjerte-barn for meg. Julaften betyr så mye for meg at bare tanken på at noen ikke skal ha en plass å feire jul, er helt grusom. Selv får jeg begge deler. Jeg får hjelpe folk først, så kjører jeg hjem og er med familien etterpå.

GUNVOR, 56 ÅR

(Røde Kors'er siden 1981)

STAVANGER



Hvorfor startet du i Røde Kors?

Både mor, far og bror min var med, så det var kanskje litt selvsagt. Jeg startet i ungdommens Røde Kors (URK), og ble med i hjelpekorps et da jeg var gammel nok. Jeg ble med fordi jeg ønsket å hjelpe, og så var det et veldig godt miljø.

Det var full hytte på fjellet hver helg, det var steinkjekt på vakt, og på fritiden. Vi ble etter hvert 30-40 som traff hverandre både på fritiden og på Røde Kors. Vi gjorde alt sammen, og det var skikkelig kjekt med vakter, kurs og besøk hos andre hjelpekorps. Her har jeg venner den dag i dag. Jeg har ellers tatt kurs i våketjenesten, og har våkt. Men det har vært i hjelpekorps et jeg virkelig har funnet min plass.

Hva betyr Røde Kors for deg?

Hjelpekorps et har betydd mye. Her har jeg fått mye i ryggsekken som jeg kan bruke i hverdagen også. Det er mye læring og erfaring å ta med seg, men det som har betydd mest er nok det gode miljøet vårt. Folk må nesten være i miljøet for å forstå hvor mye det betyr å kunne gi noe til andre, og hvor mye vi brenner for det. Det er en helt unik følelse å kunne kjenne på at du har vært med å lete etter noen som er savnet.

Er det noe spesielt du ønsker å trekke frem?

Det har vært mange sterke inntrykk. Og så har du kontrasten med alle de flotte turene på ski og snøscooter på fine dager.

Det som betyr mest, er alle de gode tilbakemeldingene fra folk som setter pris

Det som betyr mest, er alle de gode tilbakemeldingene fra folk som setter pris på den jobben vi gjør.

på den jobben vi gjør. Mor er med i besøkstjenesten, og leier buss på 17. mai til folk som ikke kommer seg ut for å se toget. Jeg har vært med i mange år, og den gleden du ser hos de menneskene, det er noe helt spesielt.

Har du hatt noen pauser eller tenkt på å slutte noen gang?

Vinterferien i 1997 var siste vakt på fjellet før jeg fikk barn. Da var jeg gravid og kunne ikke kjøre snøscooter. Da barna var store nok, var det «på an igjen», og barna var med på vakt. Dette er noe jeg virkelig brenner for. En gang Røde Kors'er, alltid Røde Kors'er.

30 år som daglig leder

Per Arne Lea er en kjent skikkelse i Røde Kors-sammenheng.

For veldig mange er han synonymt med Røde Kors i Rogaland.



Per Arne Lea har i 30 år ledet Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by med stødig hånd. Her på besøk hos 330-skvadronen på Sola. Foto: Olav Saltbones

Tekst: Jørn André Kårstad Idsal

I år jubilerer Per Arne som daglig leder ved distriktskontoret i Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by. En stilling han har hatt i 30 år. Ikke rart mange forbinder Røde Kors med han.

Mangeårig engasjement for Røde Kors

Per Arne ble ansatt som daglig leder (tidligere distriktssekretær) i 1994 da daværende distriktssekretær Berit Barstad pensjonerte seg.

Konkurransen til stillingen var hard, med over 20 søkere. Ansettelsesrådet, som bestod av Kåre Lunde og to ansatte fra nasjonalkontoret, vurderte fire aktuelle kandidater til stillingen. Per Arne trakk det lengste strået mye takket være sin lange og brede erfaring fra Røde Kors.

Per Arne har lang fartstid som frivillig i Røde Kors. Han ble medlem av Sandnes Røde Kors i 1979, og startet i Sandnes Røde Kors hjelpekorps året etter. Der var han aktiv i mange år før han tok sitt

første lederverv som administrativ leder i 1984. Året etter ble han korpsleder. Et verv han hadde frem til 1987. Etter dette gikk han inn som operativ leder i distriktsråd hjelpekorps i Rogaland. Hjelpekorpsset har stått Per Arne nært, og hans forhold til naturen kom godt med under vinterberedskapen i Sirdal.

Per Arne trakk det lengste strået mye takket være sin lange og brede erfaring fra Røde Kors.

En «rød tråd»

Per Arne er viden kjent for sitt lojale engasjement for Røde Kors. Han har i en årrekke representert en «rød tråd» med solid Røde Kors-kunnskap og respekt

for organisasjonen. Opp gjennom årene har mange ansatte ved distriktskontoret startet og sluttet. Det har i tillegg vært mange forskjellige valgte frivillige i distriktsstyret. Per Arne har stått for kontinuiteten i organisasjonen. I tillegg til å alltid passe på at organisasjonen har med seg historien, har han sørget for utvikling i tråd med nye samfunnstrender.

Da han startet, var de tre ansatte på distriktskontoret på Eiganesveien. Kontoret ble flyttet til Lura (1999), og senere bestemte distriktsstyret å kjøpe huset i Hoveveien (senere Hovebakken). Der var kontoret frem til distriktsstyret gjorde et nytt vedtak om å flytte. Hovedgrunnen var at lokalene i Hovebakken var blitt for små. Nikkelveien 14 på Vibemyr ble kjøpt og distriktskontoret flyttet inn i 2021. I dag er det ti ansatte ved kontoret, i tillegg til flere som leier kontor plasser.

Organisator av rang

Per Arne representerer på mange måter historien til Røde Kors. Han har utro-

lig god hukommelse og husker navn på frivillige over hele Rogaland og i landet ellers. Han er kjent for å ta vare på alle møtereferat, sakspapirer, e-poster, innlegg om Røde Kors i media med mer. Ved hans gamle kontor i Hovebakken var det stabler med papirer så langt øyet kunne se. Han hadde alltid uhorvelige mengder papirer på kontoret, det var flaks om det var plass på gjestestolen. Per Arne hadde også egen peis på kontoret. Det ble ofte spøkt med at dersom strømmen gikk var det nok papirer til å fyre i lang tid. Det som likevel var imponerende, var at han alltid visste akkurat hvilken haug han skulle lete etter det rette dokumentet.

Rogaland Røde Kors i utvikling

Da samtaletilbudet for barn og unge, Kors på halsen (tidligere barnas kontakttelefon), skulle flyttes fra flere lokasjoner rundt om i Norge til en lokasjon, stod Per Arne i bresjen for at tilbudet skulle få hovedbase i Hovebakken. Slik ble det i mange år før tilbudet ble flyttet tilbake til nasjonalkontoret.

Samarbeid for barn og unge

Røde Kors samarbeider med flere bedrifter som vil ta samfunnsansvar og bidra til en forskjell. En av disse er IKEA, som har valgt å konsentrere sin innsats i Røde Kors-aktiviteter for barn og unge. Målet er å sammen gi barn og unge en god hverdag og en god oppvekst.

Nasjonalt går alle inntektene fra salget av kosedyrkolleksjonen Sagoskatt til å gi barn mellom 6 og 13 år mestringsopplevelser og hverdagsmagi gjennom Barnas Røde Kors (Bark). I tillegg er det samarbeid om samtaletilbudet Kors på halsen og ungdomstilbudet Fellesverket.

I 2023 samarbeidet Rogaland Røde Kors og IKEA Forus om flere ting. Blant annet er det det siste året delt

ut 170 kosedyr til barn på flyktningmottak. Disse spredte mye glede. Og før jul ble lavinntektsfamilier invitert til julebuffet i restauranten på IKEA Forus. Kokker derfra tok også turen til Fellesverket i Stavanger sentrum der de diskuterte opp med middag og god stemning. Fellesverket er et sosialt møtested for ungdom mellom 13 og 25 år, og IKEA har også bidratt med innredningen her.



Kokker fra IKEA var før jul på Fellesverket i Stavanger sentrum for å lage julemat og god stemning for ungdommene. Foto: privat



Lise Mossefinn fra IKEA Forus med kosedyr som ble gitt til barn på mottak. Foto: privat

Distriktskontoret hadde også i mange år den mer kommersielle delen av førstehjelpsundervisningen, med Rogaland Røde Kors undervisning som en underavdeling. Avdelingen viste til gode resultater i mange år, og mange distrikt så opp til Rogaland-modellen.

Da nasjonalkontoret opprettet aksjeselskapet Røde Kors Førstehjelp AS, startet kampen om å etablere Rogaland Røde Kors undervisning som en del av aksjeselskapet. Lenge klarte distriktskontoret å stå imot drivkreftene, men måtte til slutt gi etter. I dag består Røde Kors førstehjelp AS med egen avdeling som leier lokaler i samlokalisering med distriktskontoret. Avdelingen leverer fortsatt gode resultater og førstehjelpsundervisning med høy kvalitet over hele fylket.

Henry

I 2011 gikk Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by sammen med Laerdal Medical AS for å utarbeide dukken Henry som en del av førstehjelpsopplæ-

ringen for barn. En rapport (2020) viser at over en halv million barnehagebarn i Norge har gjennomgått det pedagogiske læringsopplegget om Henry. Opplegget eksisterer fortsatt i beste velgående, og videreutvikles stadig.

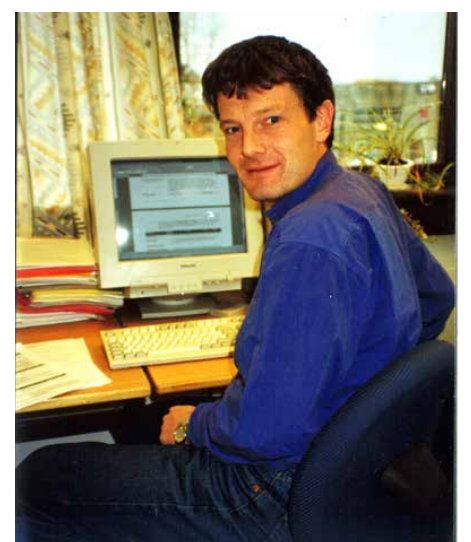
Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by har i en årrekke eiet Svanevatn Aktivitetssenter i Egersund. Svanevatn består av en universell utformet hytte med totalt 13 sengeplasser med eget vann og bryggeområde. I 2015 overtok Rogaland Røde Kors også Marka (tidligere Heddy Astrups Hus) fra Eigersund kommune. Marka fungerte som bolig for psykisk utviklingshemmede frem til 2009. Frem til 2019 gjennomgikk Marka en total renovering og består i dag av et moderne ferisesenter med 40 sengeplasser. I dag går begge sentrene under navnet Røde Kors Aktivitetssenter Svanevatn og Marka og er en underavdeling av distriktskontoret. Anlegget er tilpasset funksjonshemmede og brukes både av Røde Kors-aktiviteter og som utleie til eksterne.



Distriktskontoret var mange år i Hoveveien (senere Hovebakken) før det flyttet til dagens adresse i Nikkelveien.

Viktig bindeledd

Distriktskontoret ved daglig leder er det viktigste bindeleddet mellom distriktsstyret, de ansatte og de frivillige. Daglig leder står for den daglige ledelsen i distriktet, og rapporterer til general-



Per Arne Lea er kjent for å ta vare på historiene og røttene, samtidig som han ser framover og sørger for at organisasjonen utvikler seg.

sekretæren og til distriktsstyret. Daglig leder skal i sitt virke være en aktiv pådriver for å utvikle Røde Kors-aktiviteten i distriktet.

Helse og trivsel i hvert steg

En stadig større gjeng turglade møtes hver onsdag i Vangen.

Det er mer enn en vanlig formiddagstur.



En god gjeng turglade er samlet før turstart. Sommerstid avslutter de med kaffe i paviljongen i bakgrunnen.

■ Tekst og foto: Karoline Reilstad

Tur i det populære friluftsområdet Haraldvang, på folkemunne kalt Vangen, er et ukentlig tilbud i regi av Haugesund Røde Kors.

– Bare glatta kan stoppe meg

Ulike turløyper med varierende lengde og vanskelighetsgrad, gjør at alle kan være med.

– Vi tilpasser slik at alle kan være med, også de som er avhengig av rullestol eller rullator. Og dukker det opp noe, legger vi om ruta. Vi lar ikke noe stoppe oss, sier Knut Oaland som er aktivitetsleder for Tur i Vangen.

En av sprekingene på tur, er Olga Kristine Jensen. Hun har vært med i tre år, og trosser det meste av vær og vind for å være med.

– Vi tilpasser slik at alle kan være med, også de som er avhengig av rullestol eller rullator. Og dukker det opp noe, legger vi om ruta.

– Dette er noe alle burde prøve. Her har vi det veldig sosialt, og jeg treffer alltid mange kjekke folk å snakke med. Jeg stiller stort sett opp hele året. Bare

glatta kan stoppe meg. Da blir jeg hjemme, sier hun.

Også ekteparet Torhild og Reidar Risvold skryter av opplegget. På grunn av kneoperasjon går de den korte rundløypa.

– Alle har godt av å gå tur. Her har vi det hyggelig sammen, og alle har en veldig omsorg for hverandre, sier de.

Margrethe Mellemsæther (90) er blant de eldste turdeltagerne. Å sette seg i godstolen for å løse kryssord, er ikke nok for henne.

– Aktivitet er alfa og omega. Det er takket være at jeg har vært aktiv tidligere i livet, at jeg er så pass som jeg er i dag, sier hun.

Det motsatte av ensomhet

Turgruppen har holdt på i fem år. I starten var de en håndfull som møtte opp. Pandemien førte til et oppsving, og veksten har fortsatt siden. Nå teller turfølget ofte over 100 ivrige sjeler. I tillegg til nivå-tilpassning, peker tur-general Knut Oaland på flinke med-frivillige som nøkkel til suksessen.

– De frivillige bidrar blant annet til at alle blir sett, og at alle har noen å snakke med. Spesielt når det kommer nye, må vi ha øynene åpne. Ved å finne ut hvilke interesser de har, kan vi koble de sammen med andre med samme interesser, sier han.

Målet er at alle skal føle seg som en del av gruppen.

Røde Kors + Frilager = sant

Rogaland Røde Kors er blitt medlem i Frilager Nord-Jæren. Det sparer både tid, penger og miljøet.



Ferie for alle er en av aktivitetene som har stor nytte av å låne utstyr av Frilager, som for eksempel ski og klær til vinterferieoppholdet på Gullingen.

Tekst: Karoline Reilstad **Foto:** Ingrid Marie Hansen

Frilager leier ut det meste av friluftsutstyr. Målet er at flest mulig kommer seg ut og har glede av naturen.

Vinn-vinn

I mars ble Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by tatt opp som medlemsorganisasjon i Frilager Nord-Jæren. Røde Kors ser fram til å være med og videreutvikle et allerede flott konsept. Fordelene med å forene kreftene er mange.

– For vår del betyr det at vi kan låne utstyr til våre aktiviteter, som blant annet Ferie for alle og Til Topps. Vi slipper å kjøpe og lagre alt utstyret selv, og andre kan bruke det når vi ikke trenger det, sier daglig leder Per Arne Lea i Rogaland Røde Kors med Flekkefjord by.

Ansatte i Frilager tar seg av oppbevaring, vedlikehold og klargjøring av utstyr. Som medlemsorganisasjon kan Røde Kors bestille og hente ut utstyr ved behov, og levere det tilbake etterpå.

– Som miljøfyrtårn er vi opptatt av å ta vare på ressursene. Pengene vi sparer, kan vi bruke på mer humanitær aktivitet, sier Lea, som også er Røde Kors-representant i styret for Frilager Nord-Jæren.

Flere organisasjoner

Andre medlemsorganisasjoner i Frilager

Nord-Jæren er Stavanger Turistforening, Jæren Friluftsråd, Ryfylke Friluftsråd og Vesterlen Speiderkrets. Foreningen Frilager arbeider gjennom medlemsorganisasjoner og utstyrseierne for å gjøre friluftsutstyr mer tilgjengelig.

– Filosofien er at det er gjennom organisasjoner og skoler vi når målgruppen vår. Vi vil at de som aldri går ut på tur alene, skal få oppleve friluftslivet, sier Ivar Anton Nøttestad, i Frilager Nord-Jæren.

Han forteller at også noen Røde Kors Hjelpekorps har meldt interesse for å få inn utstyr de ikke bruker så ofte.

– Det kan være telt og lignende, som de ikke bruker i beredskap, sier han.

Ved Rogaland Røde Kors sitt aktivitetssenter Marka og Svanevatn i Egersund, er det også mulige gevinster av samarbeidet.

– Røde Kors har kanoer, kajaker og annet utstyr der som kan bli en del av Frilageret. Det er vinn-vinn, sier Lea.

Fra før er Haugesund Røde Kors utstyrseier i Frilager Haugalandet, og Haugesund Røde Kors har to styremedlemmer i Frilager Haugalandet.



I tillegg til mosjon, er turgruppen en fin måte å komme i kontakt med andre på. Det er turer på ulike nivå, slik at alle skal finne noe som passer.



Aktivitetsleder Knut Oaland legger til rette for at stadig flere kommer seg på tur. Han skryter av de 14 frivillige som er med.

– Det motsatte av ensomhet, er tilhørighet, sier Oaland.

De som blir med i turgruppen, har ulike grunner. Jungeltelegrafene har vært en effektiv rekrutterer, og noen kommer etter anbefaling fra lege.

– Fysisk aktivitet er den viktigste tabletten du kan ta. Noen har også fortalt at de ble med for å sjekke at de fortsatt fungerer sosialt. Det er noe man kan føle på og bli usikker på hvis man er mye alene, sier Oaland.

Han blir også kontaktet av pårørende med rørende og fine historier. Som for eksempel at barna til en turdeltager ringer for å takke og si «vet du hva du har gjort for pappa?»

– Det koster meg lite å være her, men det gir meg mye. Jeg har mange fine stunder når jeg ser hva dette betyr for de som er med. Det kjekkeste med å være frivillig er alle de fine tilbakemeldingene vi får, sier han.

Positive ringvirkninger

En positiv ringvirkning av felles-turene, er at mange blir kjent med folk de ellers ikke hadde møtt. Bekjent- og vennskapene som starter her, gir glede utover selve turgåingen.

– Mange finner felles interesser, og avtaler andre ting resten av uken. Det er trygt å gå på andre arrangement når man vet at man treffer noen fra Vangen-gjengen, sier Oaland.

Humanitære verdier gjennom tidene

Røde Kors er den største humanitære organisasjonen i verden, og har egne humanitære verdier som ligger til grunn for all aktivitet. Organisasjonens viktigste mandat er å avdekke, hindre og lindre menneskelig nød og lidelse.

Tekst: Runar Koppergård

De syv prinsippene

I Røde Kors legger de syv prinsippene føring for hva og hvordan mandatet skal utføres, og de utgjør et felles verdigrunnlag. Røde Kors-prinsippene styrer organisasjonen og bevegelsens virksomhet. Frivillige og ansatte skal handle i samsvar med prinsippene som gir et tydelig mandat og en klar rolle for Røde Kors i Norge og bevegelsen internasjonalt.

Prinsippene bidrar til at Røde Kors som en kjent global aktør har tillit i befolkningen. Vi er gjenkjennbare. Alle som møter en med Røde Kors- eller Røde Halvmåne-klær kan ha forventninger om hvem de møter, enten det er som besøksvenn eller gatemegler i Norge, eller det er ved en vaktpost i en krigssituasjon. Denne tilliten er avhengig av at alle ledd i alle nasjonalforeninger handler i samsvar med de samme prinsippene.

De syv Røde Kors-prinsippene:

- Humanitet
- Upartiskhet
- Nøytralitet
- Uavhengighet
- Frivillighet
- Enhet
- Universalitet

- Vi er alle brødre

Det hele startet på en forretningsreise i 1859. Sveitseren Henry Dunant var på vei gjennom Italia for å møte Napoleon den tredje. Han passerte slagmarkene ved Solferino, like ved den italienske landsbyen Castiglione. Over 6 000 soldater var døde og 40 000 sårede etter slaget som sto mellom de fransk-italienske koalisjonsstyrkene på den ene siden, og østerrikere på den andre.

Dunant ble rystet over det han så. Han fikk med seg kvinnene fra Castiglione og organiserte pleie og stell for de sårede, uavhengig av hvilken side de tilhørte.

Mottoet deres var «vi er alle brødre», på italiensk «tutti fratelli».

Etter opplevelsen ved Solferino skrev Dunant boken «Minner fra Solferino». Den ble begynnelsen på Røde Kors og la grunnlaget for den første Genèvekonvensjonen.

Det finnes regler i krig

Mennesker har til alle tider brukt vold for å løse konflikter. Men det finnes klare regler for hva som er lov og ikke lov når en krig har brutt ut. Disse «spillereglene» heter internasjonal humanitær rett, og



Røde Kors har syv prinsipper som ligger i bunn og utgjør vårt felles verdigrunnlag. Disse er styrende for hvordan vi skal utføre vårt humanitære arbeid. Illustrasjon: Røde Kors

kalles også krigens folkerett. Reglene er nedskrevet i Genèvekonvensjonene.

Reglene skal sikre at ikke-stridende blir behandlet human. Med dette menes sivile, sårede soldater, samt krigsfanger. Stridende skal også beskyttes, ved for eksempel at det ikke brukes ulovlige våpen eller at de ikke angripes etter overgivelse.

- Sivile personer og objekter skal ikke angripes
- Alle har rett til medisinsk hjelp og behandling
- Alle skal behandles human

Internasjonal humanitær rett har til hensikt å bevare et minimum av men-

neskeverd for de som er rammet av krig og konflikt. Det bidrar til å redde liv og redusere menneskelig lidelse.

Reglene setter grenser for hvordan kriger utkjempes, og de har til hensikt å særlig beskytte de som ikke kriger eller ikke lenger er i stand til å krige. Reglene setter et skille mellom hvem og hva som kan angripes, og hva som ikke kan angripes.

Sivile skal aldri være et mål, heller ikke det sivile trenger for å overleve som for eksempel vann, mat og elektrisitet. Sivile skal ikke angripes og de stridende partene må gjøre det de kan for å sikre at hverken sivile eller det de har behov for å overleve ikke blir skadet.

Suksess med middag for 60+

Gode poteter og godt selskap er viktige ingredienser når Stavanger Røde Kors inviterer til et måltid med mye mening.

En gang i måneden inviterer Stavanger Røde Kors til en sosial middag for de over 60 år. Målet er å skape en inkluderende møteplass for de som ellers er mye alene.

- Må være gode poteter

På menyen står smakfull tradisjonsmat. Deltagere på Nettverk etter soning (NES) diskuterer opp med hjemmelaget toretters, alt laget fra bunnen av.

– Middagen er god. Og det er veldig gode poteter. Det er viktig, er gjengen rundt ett av bordene enige om.

Nettopp potetene får mye oppmerksomhet.

– Vi har forstått hvor viktig gode poteter er. Deltagerne setter stor pris på vanlige kokte poteter. Mange forteller at disse smaker noe helt annet enn industri-potetene de ofte får servert, sier Anniken Brueland i Stavanger Røde Kors.

I tillegg til god mat, er hun opptatt av å skape en trygg og inkluderende atmosfære som ramme rundt måltidet.

– Vi ønsker å være en møteplass for de som av ulike årsaker ikke har så mange andre steder å gå, sier hun.

I tillegg håper hun tilbudet er med å senke terskelen for de som vil være mer sosiale, også utenom disse treffene.

– Det er fint å se at det allerede dannes bånd mellom deltagerne. Noen av de som var veldig sjenerte i starten, blomstrer nå opp, sier Brueland.

Siden oppstarten i februar har stadig

flere fått øynene opp for tilbudet.

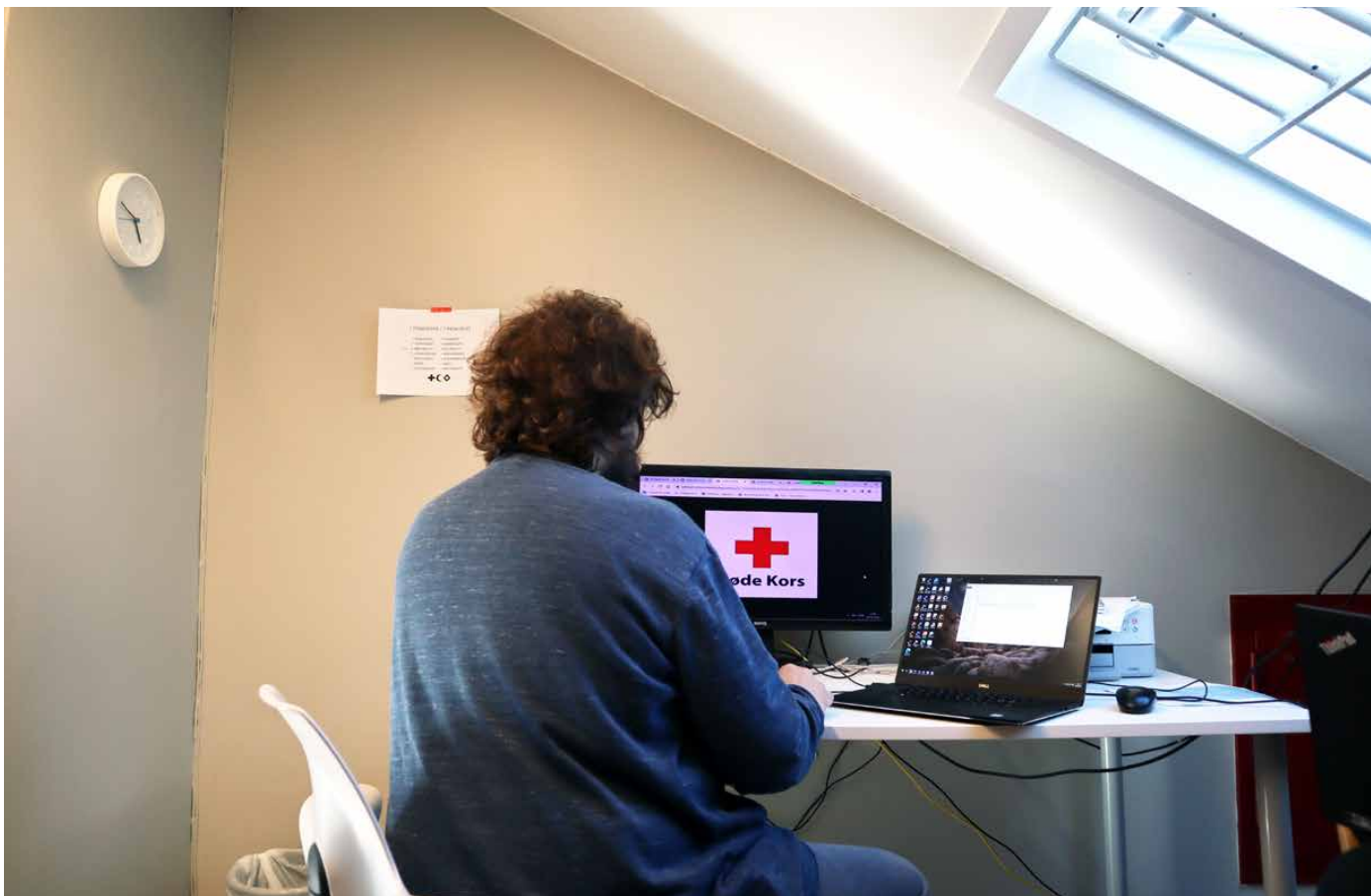
– Det har vært over all forventning. Ekstra hyggelig er det å se at personer som sjelden er ute, synes det er fint å komme hit, sier Brueland.



Bjørn Grønnestad er en av de som skryter av middagen og selskapet. (foto: Karoline Reilstad)

Felleskap og førstehjelp i fengsel: Av og for innsatte

På et loftkontor i fjerdeetasje på den ærverdige hovedbygningen på Åna fengsel planlegger to Røde Kors-frivillige aktiviteter for andre innsatte.



FELLESSKAP OG FØRSTEHJELP I FENGSEL

Mange innsatte sliter med sammensatte/komplekse problemer. Prosjektet skal skape et positivt fellesskap i fengselet blant de innsatte.

Prosjektet skal også gi kunnskap og øke kompetansen om førstehjelp. En liten gruppe innsatte blir rekruttert og får opplæring som Røde Kors-frivillige. Frivillige skal drive fellesskaps- og helsefremmende aktiviteter i fengselet.

I tillegg til Åna, finnes prosjektet på Stavanger fengsel, Ravneberget fengsel og Bredtveit fengsel.

De frivillige på Åna har et eget kontor hvor de planlegger aktiviteter og prosjekt som bidrar til bedre forhold for medinnsatte. Røde Kors-prinsippene henger på veggen.

■ Tekst og foto: Karoline Reilstad

De to mennene er del av det første kullet i prosjektet Fellesskap og førstehjelp i fengsel. I fjor høst fikk de opplæring for å bli frivillige i sitt nærmiljø, fengselet.

Kartlegging og fellesaktiviteter

Som representanter for Røde Kors i fengselet arbeider de for å skape et positivt fellesskap blant de innsatte, i tillegg til å spre kunnskap om førstehjelp.

– Det er en klisje, men det handler om å gjøre en forskjell, forklarer den ene om hvorfor han meldte seg som frivillig.

– Jeg har alltid ønsket å hjelpe mennesker. Her er det mange, spesielt de med strenge straffer, som sliter med å se noe godt i framtiden. Jeg ønsker å hjelpe og guide dem, legger den andre til.

Gjennom en spørreundersøkelse har de kartlagt behov, ønsker og utfordringer. Det handler om alt fra endringer på handlelisten, treningsapparater i luftegården, til større prosjekt innen fysisk og psykisk helse.

For å møte ønsket om flere sosiale felles-

aktiviteter, planlegger de spillekvelder, volleyball-turneringer, og ulike markeringer. Målet er sosial inkludering og vennskap på tvers av avdelinger, og å skape sosiale møteplasser for innsatte som ellers sjelden deltar.

En informasjonsbrosjyre for nye innsatte er også på gang.

– Det er mye man lurer på som ny i fengselet. Det kan være spørsmål om hvordan man kan kontakte familien, avtale møter, bedre sin egen situasjon, og ikke minst hva som skjer med økonomien mens man soner.

Førstehjelp og menneskeverd

Førstehjelpsopplæring er sentralt i hele Røde Kors, også i dette prosjektet. På Åna håper de frivillige å gjennomføre kurs hvor innsatte og ansatte lærer og øver sammen.

– Det kan bidra til å bygge ned barrierer, slik at det for eksempel blir lavere terskel for å gi beskjed om at «nå smeller det snart på avdelingen».

Som alle nye frivillige i Røde Kors har de fått opplæring i historien og verdiene organisasjonen er tuftet på. De syv prinsippene henger på veggen på det lille kontoret, og minner om hva frivilligrollen innebærer. Det første prinsippet, humanitet, handler om menneskeverd og respekt for det enkelte menneske.

– Alle som er her, er her for en grunn. Vi er opptatt av å ikke dømme, men behandle alle som mennesker.

Vi er opptatt av å ikke dømme, men behandle alle som mennesker.

Samarbeid

Røde Kors Fellesskap og førstehjelp i fengsel handler om at innsatte kan være med å påvirke til bedre trivsel, som igjen kan føre til færre uønskede hendelser og lavere sykefravær blant ansatte. Gjennom brukermedvirkning gir prosjektet mestring og tro på at det nytter å engasjere seg i saker man mener er viktige. Det

skal være enkelt å komme med innspill, noe som skaper engasjement og følelse av eierskap.

– For mange blir livet satt på vent mens man soner. Vi har tro på at innsatte heller får bruke seg selv og får en mening med det de gjør, sier Lisbeth Tandrevold. Hun er rådgiver i Stavanger Røde Kors, og har bidratt i oppstarten av prosjektet.

Nærbø Røde Kors og Bryne Røde Kors samarbeider om prosjektet på Åna, og Julia Stangeland er aktivitetsleder. Hun viser til at folk blir en bedre versjon av seg selv når de opplever mestring og anerkjennelse for noe bra. Det er ikke tilfeldig hvem som blir frivillige.

– De som er med oss, har mange sider ved seg. De er ressurser hvis de blir brukt riktig i fengselet, sier Stangeland.

Etter hvert som de innsatte som er med i prosjektet, blir flyttet til andre avdelinger eller løslatt, trengs det nye frivillige. Målet er opplæring for nye frivillige til høsten igjen.

Sosialt og kreativt kvinnefellesskap

Kreativo i Haugesund er et viktig møtested, på tvers av alder og kultur.

Galawizh Hassanzadeh og Haifaa Herz er blant de blide kvinnene som trives godt på Kreativo.
Foto: Karoline Reilstad

Hver onsdag møtes rundt 25 kvinner fra hele verden til sosialt samvær og gjensidig læring hos Haugesund Røde Kors. Galawizh Hassanzadeh er en av dem som trives veldig godt. Å ha et sted å møte andre kvinner har betydd mye for henne.

– Da jeg kom til Norge hadde jeg ingen familie her. Det var vanskelig. Nå tenker jeg på andre som kommer alene, uten å kjenne noen og uten å kunne språket. Derfor vil jeg være med her, sier hun.

Nå bidrar hun til at andre som er nye i Haugesund kan bygge nettverk, praktisere norsk og ha det hyggelig sammen.

På Kreativo møtes norske og minoritets-språklige kvinner for å lære om hverandres kulturer og tradisjoner. Annenhver uke har de håndarbeidsaktiviteter. Ellers har de trening på hjerte- og lunge-redning, tema, foredrag og utflukter. I tillegg lager de mat sammen og feirer ulike merkedager.



FRØILAND
BYGG

Håndverkere med omsorg for menneske, material og miljø.
— Vi skaper gode opplevelser!

Sentralbord 4000 3505 Hovedkontor Moseidveien 5, 4033 Stavanger froilandbygg.no



HILLEVÅG MEK VERKSTED AS



Colosseumklinikken AS
- tannlegen du søker til

Avd: Sola | **Avd: Stavanger**

Tlf. 51 20 15 00 | Tlf. 51 50 11 50

Sven Kvía
100
Siden 1922



Erøyvik
Trapper Dører Vindu
www.facebook.com/eroyvik



JOSTEIN MYGE



STAVANGER KOMMUNE
Vei og trafikk
Slipp ambulansen fram



Totalleverandør av tjenester innenfor ferdigstillelse!
Onshore/offshore

I·K·M **IKM Testing AS**
www.IKM.no



Autagro
ÅRDAL



Serigstad

160 ÅR
1864
—
2024

Programvare for kirken og menighetene



VITEC
agrando

Langgata 97, Sandnes



Hjelmeland Sparebank

Bruk oss i det daglege og få meir tid til kvardagsgleder.

www.hjelmeland-sparebank.no



SKUDE
Fryseri

Kaigata 102
4280 Skudeneshavn
Tlf. 52 84 65 55
www.skudedefryseri.no

ALLTID PÅ Plass!

VI UTFØRER ALLE TYPER LØFT
OG TRANSPORTOPPDRAG

CraneNorway

TELEFON 51 44 41 00



CRANE NORWAY VEST AS

Vakttelefon: 907 27 100
post.vest@cranenorway.com

www.cranenorway.com

KYSTBYGG AS
Vi bygger det meste...

Varbergveien 19
4371 Egersund
Telefon: 51 49 00 28
Mobil: 984 41 817

www.kystbygg.com

Gabriel
ØSTRÅT BIL

Bedriftsveien 11, Vibemyr

Tlf. 51 68 25 30

ostratbil.no

**Din forhandler
og ditt verksted**

Vi utfører service,
EU-kontroll og
reparasjon på din bil,
uansett merke.

Besøk oss på Vibemyr!

**Bygging og reparasjon
av kai og brygger
Sjøtransport • Verksted**



HAUGALAND
KYSTSERVICE AS

Kopervik - 909 55 296
post@haugalandkystservice.no

**STAVANGER
Taxi**

Last ned vår gratis app Taxifix!

Tlf: 51 90 90 90 | www.stavanger-taxi.no



**HOBBYFISKERENS DRØM
OG TROFASTE VENN**



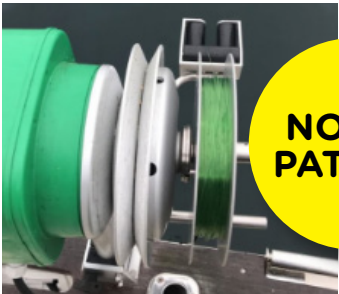
Teinehaling på aluminiumskive med
to kilspor, kort bom og presshjul.

**Ny generasjon
sterk elektrisk
«All in one OlsenBlokk»
er kommet i salg
Ta kontakt for mer info!**

Bensindrevne og elektriske
kraftblokker med regul-
erbar hastighet. Nå også
med press-
hjul, avangler
og fiskehjul
som tilleggs-
utstyr.



**NORSK
PATENT!**



Fiskehjulet kan monteres både på
aluminiumskive og garntrommel.

**Olsen Fangst
og
Kraftblokk**

- En fritidsfiskers trofaste venn



www.kraftblokk.no | Tlf: 976 81 636 / 905 64 598

**HR RASMUSSEN
BYGG**

Gjør drømmen
til virkelighet
med lokal kvalitet

Tlf: 52 81 12 40
www.hjr.no

Prosjektservice
WWW.GLP.NO

Fotvegen 12, 4250 Kopervik
tlf: 58 85 25 00 - e-mail: post@glp.no - www.glp.no

**Vi ivaretar liv og verdier
med passiv brannsikring!**

Ring oss 51 78 53 00
Les mer lilleland.no



**Karmøy
BEGRAVELSESBYRÅ**

Døgnvakt: 52 81 62 22

Til tjeneste i over 50 år

Klæhaugvegen 21
4270 Åkrehamn

karmoybb.no

Praktisk hjelp og veiledning ved dødsfall og begravelse

Johs Olsen AS

Velkommen til Johs Olsen AS -
din lokale Norengros-grossist

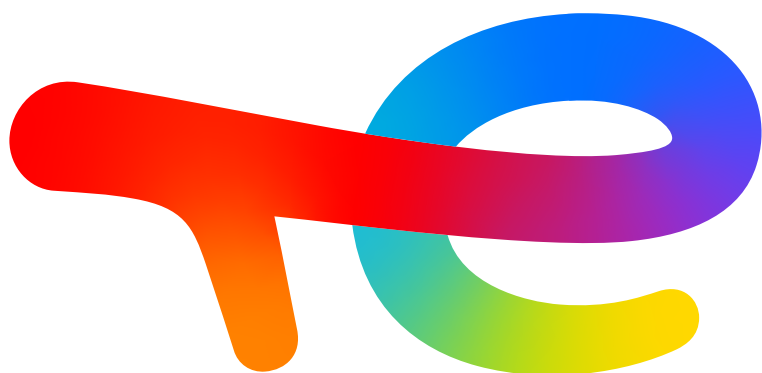
Butikk Gjøvik:

Alfarvegen 20
2816 Gjøvik
41 86 86 11
man-fre: 8-17

NorEngros



// VI GIR MENNESKER
MULIGHETER



TotalEnergies

www.byggservice.as
**BS BYGG-
SERVICE AS**

Vi planlegger og utfører
alt innen:

- Nybygg
- Tilbygg
- Rehabilitering
- Reparasjoner

Tlf: 51 64 45 50

E-post: post@byggservice.as
Joaveien 48, p.b. 21, 4097 Solo

EIGERSUND			HAUGESUND		
 SKAARA SPESIALVINDUER www.spesialvinduer.no	 NorDan Smarte vinduer og dører Tengsareidv. 1, 4373 Egersund Tlf. 51 40 40 00	Rasmussen Transport Sletteidveien 312, 4373 Egersund Tlf. 99 52 88 66	 Egersund Group FISHING - AQUACULTURE - OFFSHORE	Moller Bil Haugesund E-post: haugesund@moller.no Tlf: 24 03 39 00 www.mollerbil.no	 VATNEM REVISJON AS STATS-AUTORISERTE REVISORER/ SIVILØKONOMER Autorisert regnskapsførerselskap www.vatnem.no post@vatnem.no
HAUGESUND			HÅ		
 park inn www.parkinnhotell.no/hotell-haugesund	 RECOVER BYGGMESTER KOMPANIET www.recover.no	 RÅDGIVNING Brann og sikkerhet Telefon: +47 990 77 588 Epost: ribr@q-rad.no	 Haugesund kommune Støtter Røde Kors www.haugesund.kommune.no	 N·R·E Nærbø Rør og Elektro www.nre.no	 JLS mekaniske www.jls.no
 Sandnes & Jærbetong www.sjbetong.no	 VICO MARITIMT ELEKTRONIKKSENTER Tlf: 52 84 66 00 E-post: vico@vico.no www.vico.no	 TEQVA RØR HAUGESUND Norevegen 34 5542 Karmsund Tlf. 52 77 62 64	Moliner gutt AS Nedre Ådlandsveg 58 4270 Åkrehamn Tlf. 478 81 340	 Karmøy Skipsconsult Management as	 Jakobsen transport as Telefon: 52 85 09 66 E-post: post@jakobsen-transport.no www.jakobsen-transport.no
KARMØY			SANDNES		
 Haugen KOLONIAL	Stillastjenester As Bleikmyrvegen 8 4276 Veavågen Tlf. 52 84 64 00	SBC Drift AS Vestheimvegen 39 4250 Kopervik Tlf. 406 25 000	 Cetus AS Pb. 99, 4295 Veavågen Mob. 99 11 00 98	 ACTIVE ELEKTRO SANDNES - SIRDAL - JÆREN 51 66 15 00 active-elektro.no elkonor	 efab
 SWP Seal Weld Pro	 VEST BETONG AS	 PR MASKIN AS Fosseikeveien 20 4323 Sandnes Tlf. 51 48 62 09 www.prmaskin.no	 CARLSENS Elektro Installasjon as Tlf: 51 60 19 80 www.cel.no	 EF MOTOR efmotor.no	 SOLABLADET -der du er
 CRE8 pride in performance www.CRE8.no	Sola Trafikkskole	 Sola HundeSenter AS Tanangervegen 213 4056 Tananger Telefon: 926 21 675	 NORFLO www.norflo.no	 Sola bygg www.solabygg.no	 STAVANGER TANN- & KJEVEKLINIKK St. Olavgate 7, 4005 Stavanger Tlf. 51 53 01 99 post@stavangertann.no Oralkirurg og allmentannleger, alle med godkjenning for å gjøre behandling med Heflo.refusjon. Vi tar også imot pasienter med behov for behandling i narkose.
 matboden Catering til alle anledninger - bestill i dag! www.matboden.no tlf. 51 81 68 60	 Dovre Sertifisering AS	 Felleskjøpet Rogaland Agder — siden 1899	 Advokatfirmaet Torstrup AS Niels Juels gate 50. Pb.140 Sentrum 4001 Stavanger 51 84 47 70 Mobil: 924 15 900 ae@torstrup.no torstrup.no	 T. AASEN SOLSKJERMING www.t-aasen.no	
 westco Sentrale lokaler til leie Stavanger og Sola	 MUR MESTER MELING Sørhaugvn. 27-29 4085 Hundvåg post@murmestermeling.no www.murmestermeling.no	 ACOM ELEKTRO Acom Elektro AS Auglendsmyrå 6 4016 Stavanger www.acomelktro.no	 DEVO Byggentreprenør Telefon: 400 02 177 Nettside: www.devo.as	 STEDET FOR AUTOMASJON RIA	 SMEDVIG
 SIMEX ELEKTRO AS www.simex.no	 STAVANGER MEKANISKE AS tlf: +47 51 82 56 00 e-post: post@svgmek.no www.stavangermekaniske.no	 SIMEX RØR AS Tlf: 51 57 86 00 www.simex-ror.no	GLASSMESTER Finn's Glass AS Sørmarkveien 52, 4095 Stavanger Tlf. 51586030 • firmapost@finnsglass.no www.finnsglass.no	 NORSPRAY www.norspray.no	 JENS GERLACH SØRENSEN AS JGS - KVALITET SIDEN 1967
 BTB BYGDESERVICE	 Verktøy & Industri AS Martin Vågnes veg 7, 4344 BRYNE Tlf: 901 70 620 Din profleverandør av verktøy og industrirekvisita Vi er ikke størst, men prøv oss først. Kunde, service og kunnskap i fokus!	 KPM TRANSPORT	 OPTIKK&SYN Telefon: 51 48 80 04 post@optikkogsyn.com www.optikkogsyn.com	 UniMek CNC-maskinering Industrivegen 4 4344 Bryne post@unimek.no www.unimek.no	 S.Risa as www.srisa.no
 therma KULDE VARME ENERGI tlf: 90 88 92 70 - www.therma.no	 FOTLAND BYGG AS www.fotlandbygg.no	 NOT NORSK OVERFLATE TEKNIKK www.not-as.no	 PUNDHEIM BYGGMESTER Pundheim.no	 HERVIK RØR Tlf: 52 77 47 90 www.hervik.no	 Sakarias Nesheim as Nesheim, 5578 NEDRE VATS Tlf. 52 76 51 10 MASKINTRANSPORT ANLEGGSMASKINER/BILER AUT. ENTREPRENØR post@sak-nesheim.no
 BergeSag www.bergesag.no	 GRANBERG GARVERI 5582 Ølensvåg Tlf 52 76 50 00 www.granberggarveri.no	 Bade miljø Rørlegger Nils Torgrimsen a/s Tlf: 53 76 80 62 www.bademiljo.no			

KARMØYBANKEN
Skudenes & Aakra
Sparebank

Nær nok til å ha
innsikt. Stor nok
til å ha oversikt.

EIE eiendomsmegling

EIE
Eiendomsmegling
Stavanger

Colosseumklinikken AS
- tannlegen du søker til

Avd: Sola | Avd: Stavanger

Tlf. 51 20 15 00 | Tlf. 51 50 11 50

KARMØY
KOMMUNE

støtter omsorgstiltakene

Tlf. 52 85 75 00

www.karmoy.kommune.no

Jhl

it tjenester

90 15 28 63 | post@jhl.no

www.jhl.no/#hjem

Sjøen
HUS

Bt Byggtorget
Karmøy

www.sjoenhus.no

Vili & Vé

Bakeri Kafé Glass Interiør

www.solstein.no

Waldelands
Murmester
Waldeland & Dubland

Alt i mur-, puss- og flisarbeid
Tlf: 401 08 520
Epost: post@waldeland-dubland.no

SFP klima

Bjørhaugsletta 28
4365 Nærbø
Tlf. 40 43 26 00
e-post: post@sfp.no

www.sfp.no

UNI-K

Uni-K AS, kvalamarka 20, 5514 Haugesund
Tlf.: 52 86 50 10 | post@uni-k.no
www.uni-k.no

Skal du bygge nytt, eller pusse opp? Vet du hvilke muligheter som finnes for ditt elektriske anlegg? Snakk med oss. Vi har lang erfaring når det gjelder ny installasjon og renovring.

MG ELEKTRO

51 49 49 10 - 24t vakttelefon
E-post: post@mgelektro.no
www.mgelektro.no

Gamle Eigerøyveien 87, 4373 Egersund • Tlf. 51 49 49 10

EGGER
BYGG A.S.

Som avtalt

Bøckmans gate 18,
4370 Egersund
Tlf: 51 46 12 80
www.eggerbygg.no

DEEPOCEAN

SINCE 1878
deltapump

Deltapump AS, Industrigata 25, 5537 Haugesund
www.deltapump.no

MG ELEKTRO

51 49 49 10 - 24t vakttelefon
E-post: post@mgelektro.no
www.mgelektro.no

Gamle Eigerøyveien 87, 4373 Egersund • Tlf. 51 49 49 10

PELAGIA™

Avd 430
Pelagia Karmsund Fiskemel

T. HOLAND
MASKIN A.S.

Graving, Transport, Sprengning,
Salg av singel og grus

Ytre Torvhusveien 8, 4374 Egersund
Tlf. 51 46 57 00
Kristen: 951 51 511
Terje: 951 25 000
David: 951 51 510
E-post: th@thmaskin.no
Hjemmeside: www.thmaskin.no

Alt innen tømrerarbeider
- næring og privat

TS BYGGTJENESTER

Nesfåltveien 14, Stavanger - Tlf.: 51 58 55 95 - post@tsbyggjenester.no - www.tsbyggjenester.no

FISKETORGET

FERSK SJØMAT I VÅGEN • STAVANGER

Kom innom og smak på vår populære fiskesuppe eller andre delikatesser fra havet!

Totalentreprenør:

Lagerveien 18, 4033 Stavanger

FABER
BYGG A.S.

51 81 87 00
post@faber.no
www.faber.no

Esso

Varhaug Servicenter AS

Varhaugv. 17, 4360 Varhaug
Tlf. 51 43 02 33

Godkjent bilverksted!

Brilleservice får du hos
Optikeren

SOLAGÅRDEN. TLF. 51 65 22 99

shelby teknikk as

Varbergveien 60
4370 Egersund
Tlf. 51 46 18 00
post@shelby.no
www.shelby.no

ARRIVA
SHIPPING

Bjoavegen 389, 5582 Ølensvåg | www.arrivashipping.no

Våketjenesten: Et livsnødvendig bånd mellom frivillighet og omsorg

I hjertet av Stavanger, der omsorg møter medmenneskelighet, har Røde Kors etablert Våketjenesten. Dette stille engasjementet gir trøst og støtte til både pasienter og pårørende i deres mest sårbare øyeblikk.

■ Tekst og foto: Kurt Håland

I en verden der omsorg og solidaritet ofte møter utfordringer, lyser Våketjenesten opp som et strålende eksempel på lokalsamfunnets styrke og engasjement.

Våker ved 18 sykehjem

Våketjenesten har røtter tilbake til 2016, da Norges Røde Kors startet et pilotprosjekt i lokale foreninger på Østlandet, etter inspirasjon fra lignende initiativer i Danmark og Nederland. I Stavanger tok Bjørn Harald Lye og Grete Stødle tak i ideen og formidlet den til styret i Stavanger Røde Kors. Med tommelen opp fra styret våren 2018, begynte reisen for Våketjenesten i Stavanger i 2019.

I begynnelsen bestod tjenesten av kun to personer, men fram til i dag har den vokst betydelig. Nå er det rundt 80 frivillige våkere. Om lag halvparten av disse er aktive, med vakter som primært foregår på kveld og natt. 18 sykehjem benytter tjenesten.

I 2023 utførte Våketjenesten i Stavanger,

Sandnes og Karmøy over 1700 våketimer fordelt på over 100 oppdrag. Karmøy har i motsetning til Stavanger og Sandnes også en del våkeoppdrag i private hjem. Med et pågående pilotprosjekt kalt «Hjemme Tid og Hjemme Død», skal det lages en modell slik at alle kommuner i landet forbereder seg på å gjøre denne tjenesten lik for alle. Dette prosjektet er planlagt ferdig ved utgangen av 2024.

Døgnåpne vakttelefon

En av Våketjenestens kjernefunksjoner er den døgnåpne vakttelefonen. Bemannet av frivillige 24 timer i døgnet, sju dager i uken, står denne telefonen som et symbol på tilgjengelighet og omsorg. Syke- og aldershjem i distriktet vet at de kan ringe Våketjenesten ved behov for avlastning eller assistanse, og hjelpen er aldri langt unna.

Bjørn Harald Lye, som er en av grunnleggerne av Våketjenesten, uttrykker sin stolthet og takknemlighet overfor de frivillige som gjør dette mulig.

– Våketjenesten er et resultat av samfunnets vilje til å stille opp for hverandre. Det er hjerteskjærende å se hvor mange ensomme og syke mennesker som trenger en hånd å holde i eller et øre som lytter. Våre frivillige er det usynlige limet som binder samfunnet vårt sammen, sier Lye.

Hindrer ensomhet

For de frivillige handler Våketjenesten om mer enn bare å tilby fysisk nærvær. Det handler om å skape øyeblikk av varme og betydningsfulle relasjoner. Å sitte ved en seng, holde en hånd eller bare være til stede i en ensom natt kan gjøre en enorm forskjell.

Våketjenesten har en egen ressursgruppe som sikrer at tjenesten fortsetter å vokse for å møte behovene til samfunnet den tjener.

For å delta i Våketjenesten må frivillige gjennomgå en personlig samtale, et introduksjonskurs og et temakurs om Våketjenesten. Dette sikrer at alle involverte har en



Bjørn Harald Lye var med fra starten av Våketjenesten i Stavanger. I dag leder han ressursgruppen.

grundig forståelse av tjenestens formål og oppgaver.

Våketjenesten er ikke bare en tjeneste, men et kall til handling, et uttrykk for medfølelse og et bevis på samfunnets styrke når vi står sammen. Med Bjørn Harald Lyes visjon og dedikasjon, samt de hundre frivilliges urokkelige engasjement, lyser Våketjenesten som håpets lys i mørket, og viser oss at omsorg og medmenneskelighet alltid vil være en del av vår felles skjebne.

Åtte nye ekvipasjer – med toppkarakter

Et spesielt godt kull besøkshunder er klar for å spre glede for mennesker på sykehjem, institusjoner og i privathjem.

I mars fullførte åtte fribente og deres eiere opplæring som besøksvenn med hund. For første gang i Rogaland ble alle ekvipasjene (spesialtrent hund og eier) godkjente i samtlige kategorier. Det betyr at de kan gå på besøk til beboere på ulike institusjoner, (både i enerom og i grupperom), mennesker som bor hjemme og være med på tur.

Nåløye

Langt fra alle hunder og hundeeiere egner seg som besøkshund-ekvipasje. Bare en brøkdel av de som melder seg, kommer gjennom nåløyet. I tillegg til å like mennesker, kos og oppmerksomhet, må hundene være tålmodige, forutsigbare og rolige.

De må takle uventede situasjoner med so-

vende, funksjonsreduerte eller skeptiske mennesker de for eksempel kan møte på et sykehjem. De må heller ikke bli vippet av pinnen av støy, skarpe lyder eller brå bevegelser. Eller bli fristet av kaker som står fremme eller piller som har havnet på gulvet.

Psykisk og fysisk gevinst

Samspillet mellom eier og hund må være spesielt godt. Eierne må være årvåken, ha god kontakt med hunden sin og være i stand til å forstå hundens språk.

De frivillige besøksvennene og hundene går på besøk til sykehjem, omsorgssentre, privathjem og andre steder hvor det finnes mennesker som ønsker varme, kos, omsorg

og nærhet. Forskningen viser at dyr har en positiv effekt på menneskers psykiske og fysiske helse. Deres nærvær kan bidra til

å redusere stress, senke blodtrykk og motvirke depresjon.



Bak f.v.: instruktørene Cecilie Horn og Nina Bjørnstad, Åse Egeland med Vicci, Christine Hullin med Bella, Tom Larsen med Max og Kjersti Heggheim med Oscar. Framme f.v.: Helge Skarestad med Grethe, Camilla Arnesen med Atlas, Kristin Taraldrud med Båtsman og Kristin Lima med Saga. Foto: Karoline Reilstad