



UKEPOSTEN

Denne uken kan du lese mer om:

- Hilsen fra Bungoma
- Fokus på barnefattigdom
- Os Røde Kors BARK på tur
- Et livsviktig blodsbånd
- Husk påmeldingsfrist 15 sept. til:
 - TRØKK
 - Tillitsvalgtsamling og Omsorgssamling
 - Nettverksmøte for bynære lokalforeninger
- Røde Kors ungdom nyhetsbrev
- Nasjonal frivillighetsundersøkelse



Uke 37



For mer informasjon se følgende linker:

[Hordaland Røde Kors i Media](#)

[Kontakt distriktskontoret](#)

[Kontakt distriktsstyret](#)

[Kontakt alle lokalforeninger](#)

[Aktivitetskalender](#)

[Kontakt Ukeposten: orjan.skaga@redcross.no](mailto:orjan.skaga@redcross.no)

Hilsen fra Bungoma

International Utvalg, som nå er på besøk i Bungoma Røde Kors i Kenya, forteller at de så langt har hatt noen uforglemmelige dager. Etter en uke i Kenya har de blant annet vært med å hjelpe frivillige fra Bungoma Røde Kors med å fjerne jiggers. I tillegg har de vært på inntrykksfulle besøk til fire barnehjem. De forteller videre at de også har vært så heldig å få møte en kvinnegruppe, som gjør en imponerende innsats for lokalsamfunnet sitt. Alt med støtte fra Bungoma Røde Kors.



Åse ser nærmere på Tembelela kvinnegruppe sitt tomatprosjekt.



Fjerning av jiggers.



Barn fra Kaeasler barnehjem ble glad for ballonger.



Kanduyi barnehjem sitt kjøkken ble bygget med støtte fra Hordaland Røde Kors.



Keasler barnehjem sitt vannprosjekt er også blant mini-prosjektene som har fått støtte fra Hordaland Røde Kors.

Selv om vi har fått til mye i løpet av 6 år er det fortsatt behov for mer støtte til flere mini-prosjekt, inkludert flere vanntanker, oppgradering av skoler og innkjøp av myggnett. Har du anledning til å støtte flere mini-prosjekt til Bungoma Røde Kors?

Kontonummer:
36240900909

Alle bilder er tatt av Bungoma Røde Kors. I neste ukespost kommer flere bilder og kommentarer fra internasjonalt utvalg.

Husk å merke innbetalingen med mini-prosjekt Bungoma.

Fokus på barnefattigdom



Fredag 6. september inviterte Batteriet Vest Norge til dialogkafe med fokus på barnefattigdom. Sammen med en rekke bergenspolitikere, organisasjoner og en forsker, ble rådgiver i Hordaland Røde Kors Thorbjørn Fosse invitert til å diskutere hvordan vi sammen kan skape en trygg og god fremtid for våre barn og unge.

Av: Anne Charlotte Valaker Bruheim

Seminaret startet med noen korte innlegg fra de fremmøtte politikere og Tormod Bøe, som er forsker ved Uni Helse, og som har kompetanse på sammenhengen mellom sosioøkonomisk status og mental helse hos barn. Etterpå fikk alle de fremmøtte lufte tanker og erfaringer og diskutere løsninger rundt bordene.

De fattige er personer med betydelig lavere inntekt enn resten av befolkningen. Den norske fattigdommen

handler ikke om sult og nød, men ofte om ensomhet og eksklusjon, fordi de som er fattige ikke har råd til å delta i sosiale aktiviteter. Dette bekymrer oss i Hordaland Røde Kors, og derfor er vi glade for at vi fikk delta i denne paneldebatten. Vi ønsker å lytte til hvilke utfordringer vi står overfor her i Bergen, samt å bidra med løsningsfokus. De fattige fortjener å bli møtt med respekt og omsorg, og vår oppfordring om å ivareta og bidra til gode løsninger for denne gruppen går både til politikere, helse- og sosialtjenesten og til alle oss som medmennesker. Vi er opptatt av at kultur- og fritidsaktiviteter skal være tilgjengelig for alle, uavhengig av økonomi og sosiale status. Snart er det bare biblioteket igjen som er gratis, noe som bekymrer oss.

Thorbjørn fortalte de fremmøtte om Røde Kors sine gratis tilbud til barn og unge, som leksehjelp, BARK, gatemegling, samt **Kors på Halsen**. -Vi ønsker å gi barn og unge mestringsopplevelser, samt å representere en trygg havn, fortalte Thorbjørn de fremmøtte, før han presenterte følgende huskeliste til byens politikere:

Vi i Hordaland Røde Kors ønsker oss:

1. Åpne, inkluderende og gratis lavterskeltilbud.
2. Vi ønsker fokus på forebygging versus behandling. Vi ønsker blant annet flere tilgjengelige skolepsykologer og helsesøstre inn i skolene.
3. Forutsigbarhet i forhold til økonomisk støtte og tilrettelegging. For oss er det en stor fordel at de frivillige har forhold som gjør at vi kan jobbe langsiktig.
4. Og sist men ikke minst ; ta barna med på råd!



Debatten gikk livlig rundt bordene og en rekke forslag var oppe til debatt. Deltakerne fokuserte på tiltak som bedre skolehelsetjeneste, bedre tilpasset norskopplæring for innvandrere, samt bedre og hyppigere dialog mellom både frivillige og fagfolk som jobber med barn og unge i Bergen kommune.

Dialogen mellom de voksne rundt barn og unge er også en av hjertesakene til Julian Ravn Iversen – Rockhard, som er frivillig i Nettverk etter soning i Bergen. Under seminaret la han frem et konkret forslag om at Bergen kommune bør legge til rette for en nettside (portal) der frivillige organisasjoner og andre, kan legge inn informasjon om for eksempel arrangementer som er gratis. Forslaget ble tatt veldig godt imot av de fremmøtte. Rockhard er opptatt av at Bergen kommune må gjøre en jobb med å få en oversikt over tilbud til barn og unge i byen vår, både frivillige og offentlige.

Stemningen var altså stor for å få til et enda bedre samarbeid- og hyppigere dialog mellom det offentlige og det frivillige Bergen. Vi i Hordaland Røde Kors erfarte det samme under frokostseminaret som vi arrangerte sammen med Bergens Tidende i mai i år. Da inviterte vi både politikere, frivillige og fagfolk i Bergen til Røde Kors Huset for å prate om mobbing og om ung ensomhet. Trude Drevland åpnet frokostseminaret, og ønsket om hyppigere dialog mellom de voksne rundt den yngre garde i Bergen, var samstemt også da.

Thorbjørn avsluttet derfor seminaret med å fortelle at dette kommer vi i Hordaland Røde Kors nå til å jobbe videre med, blant annet ved å invitere til en oppvekstkonferanse i 2014.

Os Røde Kors BARK på tur



Os Røde Kors BARK hadde en flott dag på Ramsholmen tirsdag, med blant annet fiske og båttur.



Med på turen var også NyttiOs og lokalradioen RadiOs. Her blir BARK leder Becky Hesjedal intervjuet.



Les saken i NyttiOs [her](#)

Et livsviktig blodsbånd



Over: Thorbjørn Fosse slapper av mens han gir blod

Det finnes omtrent 90.000 aktive blodgivere i Norge, som gir nesten 215.000 poser med blod. Men kan egentlig alle gi blod, og i så fall: Hvorfor ikke?

Av: Jenny Haugland

Forbruket av blod ved norske sykehus er i stadig økning. I tillegg til vanlige blodgivere, trengs det derfor til enhver tid blodgivere som kan kalles inn på kort varsel. Som blodgiver bidrar du til at livreddende pasientbehandling kan gjennomføres.

I 2012 var 70 prosent av nyregistrerte blodgivere kvinner. Per Stiegler fra Hordaland Røde Kors har en klar formening om hvorfor det er slik. – Det er ikke til å stikke under en stol at kvinner er flinkere til å gi blod enn det menn er. Dette kan kanskje være fordi menn er reddere for sprøyter.

Blodet er kroppens flytende transportorgan som pumpes rundt et rørsystem, nemlig blodårene. Blodet bringer oksygen og næringsstoffer ut til cellene, og er livsviktig for alle mennesker.

Retningslinjer for blodgivning

Det finnes visse holdepunkter for blodgivning. Man må være mellom 18 og 65 år, veie mer enn 50 kilo, ikke ha alvorlig kronisk sykdom, og om man går på medisiner må dette vurderes nærmere før man får lov til å bli blodgiver. Hvis man bruker antibiotika kan man ikke gi blod, med mindre man venter til 14 dager etter avsluttet behandling. Det er også slik at du ikke kan gi blod dersom du har piercing i slimhinnene. Men tar man bort piercingen, kan man gi blod etter en måned. Har man nettopp tatt tatovering, må man vente et halvt år. Har man nettopp vært syk, og f. eks vært forkjølet, må du ha vært frisk i to uker før du kan gi blod. Har du nettopp vært hos tannlegen, kan du ikke gi blod de første 48 timene etterpå.

Har du riktig type?

Ikke alle kan ta imot en hvilken som helst blodtype. Ved en blodoverføring må nemlig blodtypene til giver og mottaker passe sammen. Har donor og mottaker forskjellige blodtyper, kan antistoffer i mottakerens blod få blodcellene i donors blod til å klumpe seg sammen. Men blodtypen O passer stort sett for alle. 40 % av befolkningen har blodtype O. Du kan gi 450 ml blod inntil 4 ganger i året. Etter tapping har du gitt 10-12% av blodvolumet ditt.

Hva skjer når man kommer for å gi blod?

Før man kan sette seg til rette i stolen, og få en nål inn i armen, må man fylle ut et skjema, samt gjennomgå et kort intervju. Dette gjøres for å unngå at blodmottaker får blod med smitte i.

Forsiktighetsregler

Du skal ikke utføre handlinger som kan sette deg selv eller andre i fare de 12 første timene etter å ha gitt blod. Eksempler på slike handlinger er å føre buss, tog eller fly. Hvis du røyker, skal du ikke røyke en halvtime før og etter blodgivning. Det er for øvrig ikke lurt å trene samme dag som man skal gi blod.

Vil du melde deg som blodgiver?

Gå inn på www.giblod.no. Her kan du melde deg til alle blodbanker i Norge. Er du interessert i å bruke Blodbussen? Gå inn på www.blodbussen.no for nærmere informasjon om tappesteder og datoer.

Nærmer seg 15. september...



HUSK PÅMELDINGSFRIST
15 SEPTEMBER

15. september er en sentral dag i høst – da går påmeldingsfristen for TRØKK, tillitsvalgts- og omsorgssamlingen, samt nettverkssamling for bynære lokalforsamlinger ut. Det er fortsatt ledige plasser på alle tre, men du må være raskt ute for å være sikker på å få delta.

TRØKK samlingen på Hotell Ullensvang fra 18-20. oktober inneholder som alltid et rikholdig utvalg av kurs, og programmet bør inneholde noe for enhver smak. Samtidig er en fin anledning til å treffe andre Røde Korsere i Hordaland.

Hotell Ullensvang holder kun av et visst antall rom, og fra 16. september vil de forsøke å selge ledige disse videre til andre gjester. Vi gjør derfor oppmerksom på at vi kan bli nødt til å avvise etterpåmeldte.

Gå derfor ikke glipp av denne muligheten til faglig påfyll og kompetanseheving i vakre Hardanger. Opplæringsutvalget kan også friste med god mat og underholdning. Husk også badetøy. Hotellet har nylig åpnet et fantastisk flott svømmeanlegg!

Bergen Røde Kors og Hordaland Røde Kors inviterer til **nettverksmøte for bynære lokalforeninger** 17. september på distriktskontoret. Som storbyforening sitter Bergen Røde Kors med mye kunnskap og erfaring fra humanitære utfordringer knyttet til bynære strøk og ønsker med dette nettverksmøte å dele denne kunnskapen og erfaringen med flere lokalforeninger i organisasjonen.

2.-3. november inviterer Hordaland Røde Kors til **Tillitsvalgtsamling og Omsorgssamling** på Scandic Hotel Kokstad. Det vil være noe fellesprogram for de to samlingene, mens noe vil være hver for seg. På denne måten slår vi to fluer i en smekk. Vi håper å få samlet flest mulig av tillitsvalgte fra lokalforeningsstyrer, lokalråd (hjelpekorps, omsorg og ungdom), frivillige på omsorgsfeltet og selvsagt distriktsstyret.

Vi har invitert inspiratoren Marco Elsafadi til å gi oss en motivasjonsinnsprøytning, vi skal snakke beredskap, om fremtidens humanitære utfordringer og hvordan våre lokalforeninger kan ruste seg for de. Distriktsstyret i Hordaland og Hovedprogramkomiteen til Landsmøtet ønsker seg innspill til veien videre og mye mye mer.

Røde Kors Ungdom Nyhetsbrev

I denne ukens oppfriskede versjon av Røde Kors Ungdoms Nyhetsbrev kan du lese mer om hvordan vi forholder oss til politiske saker som en partipolitisk nøytral organsasjon, du kan se de nye ungdomsdelegatene som reiser av sted på søndag, samt melde deg på ulike kurs og samlinger.

Les hele nyhetsbrevet [her](#)

Nasjonal frivillighetsundersøkelse

Har du litt ekstra tid oppfordrer vi deg til å svare på den nasjonale undersøkelsen om frivillighet og motivasjon. Den samme undersøkelsen ble også sendt ut på e-post til en del frivillige fredag 6 september.

Undersøkelsen har i 2012 blitt gjennomført i 8 andre nasjonalforeninger: Sverige, Frankrike, Spania, Italia, Sveits, Østerrike, Tyskland og Litauen. Spørsmålene dreier seg om hvor hyppig man er frivillig, hva slags aktiviteter man er frivillig i, motivasjon for å være frivillig og viktigheten av å bidra til lokalsamfunnet.

Videre er det spørsmål om tilrettelegging for aktiviteter, ivaretagelse av frivillige, og hvilke suksessfaktorer som er viktige for at man skal bli i organisasjonen. Det er Eidgenössische Technische Hochschule (EHT) i Zürich står administrerer undersøkelsen og analyserer svarene.

Vi har nå en unik sjanse til å få verdifull kunnskap om Røde Kors frivillige, om status på frivilligadministrasjon lokalt, samt gi oss pekepinn på hvordan vår frivillighet arter seg sammenliknet med de 8 andre nasjonalforeningene som har deltatt i undersøkelsen. <http://survey.2ask.ch/d072ed-32387ca980/survey.html>

Svarfristen er 23.september og du finner undersøkelsen [her](#)

Ved spørsmål, ta kontakt med: ingrid.naustdal@redcross.no eller unni.solberg@redcross.no