



**HUMANITÆRE VERDIER
REDDE LIV
TRYGG OPPVEKST
FELLESSKAP OG LIVSMESTRING**



 **Røde Kors Sandefjord**

2024/2025

RØDE KORS - EN HUMANITÆR BEREDSKAPSORGANISASJON

7 prinsipper utgjør vårt felles verdigrunnlag:

- **Humanitet** Forebygge og lindre menneskelig nød og lidelse, samt sikre respekt for enkeltmennesket.
- **Upartiskhet** Yte hjelp til mennesker uavhengig av nasjonalitet, etnisitet, trosbekjennelse, samfunnsklasse eller politisk overbevisning.
- **Nøytralitet** Ikke ta parti eller la seg engasjere i uoverensstemmelser av politisk, rasemessig, religiøs eller ideologisk karakter.
- **Uavhengighet** En selvstendig rolle overfor myndigheter og andre organisasjoner.
- **Frivillighet** Basert på frivillig medlemskap og ikke på noen måte tilskyndet av ønske om økonomiske fordeler.
- **Enhet** En organisasjon i hvert land – åpen for alle.
- **Universalitet** Verdensomspennende bevegelse hvor de nasjonale Røde Kors-foreningene har samme status og deler samme ansvar og plikt til å hjelpe hverandre.



INNHOOLD

HJELPEKORPS.....	SIDE 6
BÅTTJENESTE.....	SIDE 7
BEREDSKAP.....	SIDE 8
BESØKSTJENESTEN.....	SIDE 13
VÅKETJENESTEN.....	SIDE 14
AKTIV I 100.....	SIDE 14
VARMESTUA.....	SIDE 16
NORSKTRENING.....	SIDE 16
KAFE MANGFOLD.....	SIDE 17
FUGLEREDET.....	SIDE 17
BARK.....	SIDE 19
RØFF SJØ.....	SIDE 19
FELLESVERKET.....	SIDE 21
INTERNASJONALT DISTRIKTSSAMARBEID.....	SIDE 23



Når du skanner denne QR koden tar den deg til Kontaktinformasjon, telefonnr og navn, til Sandefjord Røde Kors.



Sandefjord Røde Kors ble stiftet i 1946.

I 2018 ble Stokke Røde Kors og Sandefjord Røde Kors ett lokallag med navnet Sandefjord Røde Kors. I 2023 er også Andebu en del av Sandefjord Røde Kors.

Sandefjord Røde Kors har aktiviteter innen alle kjerneområdene til Røde Kors: **Hjelpekorps, Omsorg og Ungdom.**

Pr. oktober 2023 var det 1532 betalende medlemmer og ca. 405 frivillige.

Besøksadresse: Bugårdsgata 7, 3208 Sandefjord

Postadresse: Postboks 405, 3201 Sandefjord

Org.nr.: 984 066 554

Tlf.: 920 78 682

e-post: sandefjord@vestfoldrk.no

www.rodekors.no/sandefjord

facebook: Sandefjord Røde Kors

Økonomisk kan du støtte vårt arbeid på mange måter:

Gå inn på www.rodekors.no

Velger du fanen **Støtt arbeidet** velger du et fast beløp som bidrar til livreddende og langsiktig hjelp.

Gi en gave

til konto nr. 1638.06.28426 eller vipps til 70420.

Velger du fanen **Bli medlem** blir du en viktig støttespiller der du bor. Du bidrar til at søk og redningsaksjoner kommer raskt i gang når noe skjer, hjelper barn og unge, ensomme eldre og de som faller utenfor. Som medlem har du stemmerett på årsmøter/valgmøter.

Pantelotteriet

Trykk på lotteriknappen når du panter flasker.

Medlemskap koster:

Medlem: 300 kr (pr. år)

Familiemedlemskap: 600 kr (pr. år)

Ungdom: 150 kr (13-25 år) (pr. år)

Barn: 60 kr (0-12) (pr. år).

Grasrotandelen

Registrer Sandefjord Røde Kors på tippeskortet, send SMS med kodeord: «GRASROTANDELEN 984 066 554» til 60000.



SANDEFJORD RØDE KORS TRENGER DEG

– registrer deg på mittrodekors.no



Røde Kors arbeider ut fra 4 samfunns mål:

Humanitære verdier: Vi er en sterk stemme for humanitære verdier

Redde liv: Mennesker er forberedt på, responderer på og kommer seg raskt etter kriser

Trygg oppvekst: Barn og unge utvikler seg i trygge omgivelser, preget av inkluderende fellesskap

Fellesskap og livsmestring: Mennesker opplever livsmestring og har tilgang til inkluderende fellesskap gjennom alle faser av livet

Som **FRIVILLIG** hos oss bidrar du til at vi lykkes med å bidra til disse samfunnsmålene.

Du melder deg som **FRIVILLIG** ved å registrere deg på mittrodekors.no. Når vi har mottatt din innmelding vil vi i løpet av kort tid ta kontakt med deg.

Som **FRIVILLIG** får du gratis grunnopplæring. Grunnopplæringen gjør deg bedre kjent med Røde Kors og du lærer førstehjelp og psykososial førstehjelp. Utover grunnopplæringen er det mange spennende og lærerike fagkurs avhengig av den aktivitet du ønsker å delta i. Som **FRIVILLIG** skal du føle deg trygg i den oppgaven du påtar deg.

Å være **FRIVILLIG** gir deg gode opplevelser i møte med andre mennesker. Du kjenner på gleden ved å være til nytte, gleden ved å fylle tiden med noe meningsfylt og gleden ved å se at man utgjør en forskjell for mange. I tillegg får du en sosial tilhørighet i verdens største humanitære organisasjon.

HJELPEKORPSET

✉ korpsleder@sandefjordrk.no
f Sandefjord Røde Kors hjelpekorps
f Sandefjord Røde Kors



- Sandefjord Røde Kors Hjelpekorps er en viktig, og den største, bidragsyter til de profesjonelle etatene innen redningstjenesten. Redningstjenesten er koordinert av politiet og Hovedredningsentralen. Det er alltid politiet som kaller ut Hjelpekorpsene til søk- og redningsaksjoner.
- Hjelpekorpsset har medlemmer med god kompetanse innen førstehjelp, sjøredning og søk og redning. Denne kompetansen fåes gjennom kurs og øvelser i regi av Røde Kors. Alle kurs får du uten økonomisk kostnad for deg.
- Hjelpekorpsset benyttes ofte til sanitetsvakt i forbindelse med kulturstevner, sportsarrangementer eller andre arrangementer hvor det forventes store folkemengder.
- Hjelpekorpsset har instruktører i førstehjelp kvalitetssikret av Norsk Førstehjelpsråd. Vi tilbyr kurs i førstehjelp til bedrifter.
- Som medlem i Hjelpekorpsset kan du delta på mange spennende kurs og øvelser innen førstehjelp, samband og søk og redning.



BÅTTJENESTEN



Hjelpekorpsset har egen redningsbåt som er et supplement til den offentlige redningstjenesten. Båten brukes i hovedsak til søk- og redning i og langs vann.

Overflatesvømmere: Vi har utdannet overflatesvømmere som trives mere i vannet enn om bord i båten. Disse brukes til overflatesøk ved hjelp av snorkel og dykkemaske, svømmer inn til havarete båter eller pasienter hvor båten ikke kommer til. Disse er kurset i dette og øver ofte.

Isredningsgruppa: er kurset i redning på og ved islagt vann. Disse trener jevnlig i den kalde årstid og er også sertifisert til å holde kurs i dette emnet.

Sonar og ROV gruppa: Sandefjord Røde Kors har en spesial sonar som er laget for å finne personer som er druknet. Sammen med vår ROV er vi godt utrustet til søk under vann. Utstyret er portabelt så vi kan bistå der behovet melder seg. Utover søk etter personer bistår vi Politi og privatpersoner med søk etter tapte gjenstander når vi har kapasitet. I den kalde årstiden trener vi med ROV i svømmehallen.

✉ baat@sandefjork.no
f Sandefjord Røde Kors



BEREDSKAP

✉ sandefjord@vestfoldrk.no
f Sandefjord Røde Kors

Røde Kors er en beredskapsorganisasjon som arbeider før, under og etter kriser og katastrofer. Røde Kors avdekker, hindrer og lindrer menneskelig nød og lidelser og er en viktig samarbeidspartner for myndighetene på lokalt, regionalt og nasjonalt nivå.

Røde Kors er gjennom kongelig resolusjon av 12. august 2009 anerkjent som frivillig humanitær støtteaktør for norske myndigheter når det inntreffer ekstraordinære og uønskede hendelser i fredstid. Dette oppdraget forplikter oss til å være kompetente, tydelige og synlige i lokalsamfunnet.

Ved større kriser eller alvorlige hendelser stiller frivillige fra Røde Kors opp til ulike oppgaver som er nødvendige, ut ifra egen kompetanse. Røde Kors vil løse oppdrag på vegne av aktører som kommune, politi eller Hovedredningsentralen. Alle frivillige i Røde Kors er en del av Røde Kors sitt beredskapsapparat og kan bli kalt inn.

Hvordan jobber vi med beredskap i Sandefjord Røde Kors?

Det daglige ansvaret for beredskap har Beredskapsutvalget som er underlagt lokalstyret. Utvalget består av en leder, to medlemmer fra styret hvorav lokallagsleder er den ene, leder hjelpekorps og ressurspersoner fra aktivitetene knyttet til omsorgsarbeidet samt båt- og redningstjenesten. Sandefjord Røde Kors har samarbeidsavtale innen beredskap med Sandefjord kommune og lederen av beredskapsutvalget er kontaktperson til kommunen. Utvalget har ansvar for årlig oppdatering av beredskapsplanene. Planlegging, gjennomføring og evaluering av øvelser og at beredskapsmateriellet til en hver tid er operativt.

Ved en hendelse kan det bli bruk for alle som er frivillige i Røde Kors. Ofte er det lite som skal til for å utgjøre en forskjell for veldig mange mennesker. Beredskap handler om å være i forkant for å begrense skadevirkningene av en hendelse, og hjelpe de menneskene som trenger det.





OMSORG

✉ omsorg@sandefjordrk.no

f Sandefjord Røde Kors

Sandefjord Røde Kors OMSORG skal avdekke sosiale og humanitære behov i lokalsamfunnet og møte slike behov med gode tiltak.

Vårt arbeid tilpasses de humanitære behov vi ser og avdekker i lokalsamfunnet. På mange områder samarbeider vi med andre lag og foreninger.



- Vi tilbyr sosiale møteplasser for å dekke menneskers behov for trygghet og tilhørighet.
- Vi er til stede for mennesker i sårbare situasjoner både praktisk og medmenneskelig.
- Vi bidrar til integrering i vårt samfunn gjennom norsktrening og felles aktiviteter på tvers av kultur og etnisitet.
- Vi tilbyr barn en gratis, trygg møteplass hvor de kan utfolde seg i lek og læring, få gode mestringsopplevelser og være en del av en sosial gruppe.
- Våre frivillige møtes med respekt, forståelse og takknemlighet for den tid og de ressurser de velger å dele med Røde Kors. De tilbys trygghet gjennom kurs og støtte fra erfarne frivillige.

På de neste sidene kan du lese om aktiviteter vi har i dag. QR koden, som du finner på side 3, gir deg tilgang til detaljert kontaktinformasjon til Sandefjord Røde Kors.



*Bruk et par timer av din fritid – bli besøksvenn!
Du vil erfare at du får tilbake mer enn du gir.*



BESØKSTJENESTEN

 Sandefjord Røde Kors Besøktjenesten
 Sandefjord Røde Kors

 besokstjenesten@sandefjordrk.no
 besok.stokke@sandefjordrk.no
 besokshund@sandefjordrk.no
 besok.andebu@sandefjordrk.no

Besøktjenesten er den største omsorgsaktiviteten i Røde Kors. Den ble startet i 1949, under ledelse av Jens Meinich. Hans berømte parole var «Den beste medisin for et menneske er et annet menneske». Dette er fremdeles grunnsetningen i Røde Kors Besøktjeneste.

Ensomhet er en voksende sosial utfordring for velferdssamfunnet. Eldre mennesker bor i dag lenger hjemme og mange er isolert fra familie og andre sosiale kontakter. Ensomhet kan føre til utrygghet og følelse av utenforskap.

Vi har en aktiv besøktjeneste og de mange besøksvennene er til stor glede og oppmuntring for medmennesker i Sandefjord. De ukentlige besøkende i hjemmene eller på institusjon gir forutsigbarhet, trygghet og glede i hverdagen.

Besøksvenn med hund er til stor glede for eldre på sykehjem og institusjoner samt ved besøk i hjemmene. Nye hunder og førere utdannes fortløpende.

I Stokke bidrar vi også med Følgetjeneste til lege, tannlege m.m.

Hver uke har ca. 300 mennesker glede av vår Besøktjeneste.

Vi tilbyr også andre kontaktskapende aktiviteter som Kaffe og prat, hyggelkelder og utflukter. Mennesker i samme situasjon møtes, og nye kontakter oppstår



VÅKETJENESTEN

✉ vaketjenesten@sandefjdrk.no
f Sandefjord Røde Kors

Røde Kors mener at ingen skal måtte dø alene eller føle på ensomhet i sin aller siste del av livet. I livets siste fase er mennesker på sitt mest sårbare.

En hånd å holde i, oppmerksomhet og tilstedeværelse kan gjøre stor forskjell for et døende menneske.

De frivillige skal ikke gjøre oppgaver av helsefaglig karakter, men være et medmenneske.

Vi tilbyr Våketjeneste på Soletunet bo- og behandlingssenter, Nygård bo- og behandlingssenter og på Kamfjord hjemmet.

AKTIV I 100

✉ omsorg@sandefjdrk.no
f Sandefjord Røde Kors

Aktiv i 100 er et tilbud til alle som ønsker å delta i hyggelige turfelleskap. Målgruppen er eldre i nærmiljøet og målet er å skape et miljø for fysisk og sosial aktivitet.

Dette er et samarbeidsprosjekt med Turistforeningen i Sandefjord. Vi drar på tur annenhver uke. Med våre 2 minibusser har vi mulighet til å besøke mange flotte turområder.

Ta kontakt for turprogram på e-post nevnt over.





VARMESTUA

✉ omsorg@sandefjdrk.no
f Sandefjord Røde Kors

På Varmestua tilbereder og serverer vi et varmt middagsmåltid hver lørdag gjennom hele året til mennesker med rusrelaterte problemer.

Vi møter hver enkelt med respekt og høflighet, rett og slett som et medmenneske.

Nøtterøy Bakeri gir oss bakevarer som brukerne kan ta med seg hjem sammen med mat fra Matsentralen.

Lørdag kl. 12.00 - 13.30 Røde Kors huset i Sandefjord.

NORSKTRENING

✉ norsktrening@sandefjdrk.no
f Sandefjord Røde Kors

Hver uke tilbys norsktrening for fremmedspråklige som forstår at norsk språk er viktig for god integrering og sosialisering. Vi konsentrerer oss om muntlig norsk og begrepsforståelse.

Her møtes både nybegynnere og de litt mer viderekommande.

Onsdag kl. 18.00 - 19.30 på Røde Kors huset.



KAFÉ MANGFOLD

✉ kafemangfold@sandefjdrk.no
f Kafé Mangfold
f Sandefjord Røde Kors

En gratis kafe for deg som ønsker et sosialt fellesskap, uansett alder og bakgrunn. Vi tilbyr sosial hygge, nytrukken kaffe, nystekte vafler og litt å bite i. Bli med på vår populære quiz eller brettspill, og gjør nye bekjenskaper.

Hva er bra med Kafé Mangfold? En av våre gjester uttrykker det slik:

"Det er så lett å komme i prat med folk ved bordene. Når jeg går på en kafé ellers i byen alene, så blir jeg sittende alene. Ser jeg noen kjente så nikker jeg og setter meg ved et annet bord for ikke å forstyrre. På Kafé Mangfold snakker alle med alle, og jeg blir ikke sittende alene."

Kaféen er også fin for å praktisere norsk hvis du trenger det. Ta gjerne med en venn!

Torsdag kl. 17.30 - 21.00 Røde Kors-huset.

FUGLEREDET

✉ fugleredet@sandefjdrk.no
f Sandefjord Røde Kors

Fugleredet kalles det lille, spisse huset du finner i Landstadsgate sentralt i sentrum av Sandefjord. Her inviteres du inn til en åpen sosial møteplass hvor man lager håndarbeider av ulikt slag. Har du ikke erfaring med håndarbeid får du veiledning eller du kan velge å bare være sammen med oss.

Produktene selges i åpningstidene gjennom hele året. Overskuddet av salget er øremerket opphold for barn med nedsatt funksjonsevne på Røde Kors sitt feriested Eidene på Tjøme.

Åpningstider **Tirsdager kl. 10.00 - 14.00**
Fugleredet: **Onsdager kl. 10.00 - 14.00**
 Torsdager kl. 17.00 - 20.00





BARNAS RØDE KORS – BARK

✉ Bark@sandefjorderk.no
f Sandefjord Røde Kors BARK
f Sandefjord Røde Kors

Dette er et gratis aktivitetstilbud til barn fra 6 til 13 år (barnetrinnet). Barna er delt opp i grupper etter alders-trinn. Hver gruppe har aktivitet annenhver uke. Vårt mål er å gi barna en trygg møteplass hvor de kan utfolde seg i lek og læring, få gode mestringsopplev-

elser og være en del av en sosial gruppe. Så ofte vi kan, har vi aktiviteter og turer ute i naturen.

Klubbdager er vekselvis mandager og onsdager fra kl. 17.00 - 19.00.

RØFF SJØ – Røde Kors friluftsliv og førstehjelp

✉ Roff@sandefjorderk.no
f Sandefjord Røde Kors

RØFF Sjø er et spennende fritidstilbud som gir ungdommer mellom 13 og 17 år kunnskap om førstehjelp og ferdsel i naturen. Sandefjord er en sjøfartsby og mange av våre aktiviteter foregår ved og på sjøen. Her kan du ta båtførerprøven, lære deg å seile, mekke litt på motorer og vedlikeholde utstyret vi har.

Vi samarbeider med flere organisasjoner som Ung på Fjorden, Gokstadkystlag m.fl. For mange kan RØFF også bli en vei inn i hjelpekorpset eller kanskje du vil trives på vårt ungdomshus Fellesverket når du er gammel nok til det.

Onsdager kl. 17.00 - 20.00 med oppmøte på Røde Kors-huset i Sandefjord.



Fellesverket tilbyr ungdom og unge voksne en gratis sosial møteplass hvor de kan være med venner, spille spill, delta på turer og ulike aktiviteter, eller bli med på workshops og lærerike temakvelder. Møteplassen har en ungdomskafé med varm mat, kaffe og annen drikke.

På Fellesverket kan ungdom på videregående få leksehjelp eller verdifull arbeidstrening gjennom å bli med som frivillig.

Fellesverket er en arena for mestring, læring og aktiviteter som ungdom, frivillige og våre samarbeidspartnere utvikler i fellesskap. Nettopp derfor kaller vi det et Fellesverk – det handler om å skape noe sammen! Alt på Fellesverket er gratis. Fellesverket støttes av Sandefjord kommune.

Åpningstidene er hver tirsdag, onsdag og torsdag kl. 15.00 - 20.00. Fellesverket er et aktivitetshus for unge mellom 16 og 25 år. Vi holder til i flotte lokaler i Prinsens gate 18 i Sandefjord.

- **ÅPEN MØTEPLASS** - Er et sted der ungdom møtes for å henge, snakke og spille. Møteplassen er mangfoldig, hyggelig sosial arena – fullt av liv. Her kan man spille biljard, shuffleboard, bordtennis, PlayStation, vi har kaffebar, varm mat m.m.
- **LEKSEHJELP** - Fellesverket tilbyr alle elever i videregående skolealder leksehjelp. Leksehjelpen er en møteplass for mestring og motivasjon, og i tillegg en viktig sosial arena der unge knytter kontakter og skaper sosiale nettverk på tvers av bakgrunn og generasjoner.
- **ARBEIDSTRENING** - På Fellesverket kan ungdom få mulighet til å få verdifull erfaring og arbeidstrening som kan bidra til å styrke deres CV, få gode referanser og gjøre ungdommene mer attraktive på arbeidsmarkedet.
- **GATEMEGLING** - På Fellesverket kan ungdom få kurs i Gatemebling. Gjennom Gatemebling får ungdommene verktøy til å håndtere egne konflikter og andres konflikter på en ikke-voldelig og konstruktiv måte. Slik skal ungdom bli utrustet til å bli «fredsarbeidere» i sine egne miljøer.
- **TREFFPUNKT** - I denne aktiviteten kan ungdommer melde seg inn i Røde Kors Ungdom som frivillige. Her får de mulighet til å bli ungdomsledere og være med å arrangere sosiale aktiviteter for undre ungdommer.
- **GAMING** - Liker du å spille data-spill kan du benytte gamingrommet på Fellesverket. Her har vi 5 gaming-maskiner, Nintendo Switch og Playstation 5.
- **MUSIKKSTUDIO OG SCENE** - Har du lyst å prøve deg som sanger, lære å lage musikk, spille inn egne låter på Spotify eller ta del i vårt scene/lyd/lys-crew? Fellesverket tilbyr også aktiviteter innen musikk og scene.



FAMILIETID

✉ linn.silje.kalberg@redcross.no
f FamilietidSandefjord
f Sandefjord Røde Kors

Familietid er et fellesprosjekt mellom Kirkens Bymisjon og Røde Kors i Vestfold, i partnerskap med Fylkeskommunen.

Familietid gir barnefamilier med barn i alderen 0-16 år muligheten til gode opplevelser, aktivitet sammen og måltidsfellesskap. Tilbudet er gratis og ønsker å fremme inkludering og positiv psykisk helse. Vi bruker nærmiljøet og våre hyggelige lokaler til turer og aktivitet hele året. Familietid stiller med aktivitetsansvarlige og frivillige, men foresatte har det hele og fulle ansvaret for sine barn under aktivitet.

Vi søker å skape inkludering gjennom å tilby en arena hvor barnefamilier kan møtes uten å bli forhindret av manglende kunnskap om mulige aktiviteter og/eller økonomiske utfordringer knyttet til dette.

Samarbeidspartnere

Vi er glade for å ha et godt samarbeid med flere aktører i Familietid. I Sandefjord samarbeider vi med Fjorden Sanitetsforening.

Adresse: Bekkeveien 1

Tirsdager og torsdager kl. 16.30 - 19.00

Søndagstur (annenhver søndag): kl. 12.00 -15.00

INTERNASJONALT DISTRIKSSAMARBEID

Internasjonalt samarbeid mellom distrikter er en integrert og utfyllende del av Norges Røde Kors sitt internasjonale engasjement.

Det bidrar til styrking av internasjonal kunnskap og solidaritet på lokalt nivå, og gjensidig forståelse innad i Røde Kors-bevegelsen.

Det er en målsetning at samarbeidet skal bidra til gjensidig nytte, læring og forståelse mellom partnerne.

Samarbeidet skal styrke involverte distrikter og nasjonalforeninger sin kapasitet til å effektivt forebygge og respondere på humanitære behov. Å bygge kapasitet i egen organisasjon er viktig for begge partene i samarbeidet.

Distriktssamarbeide inngås med nasjonalforeninger i Europa som har behov for kapasitetsutvikling, og der nasjonalforeningen og distriktet kan sikre gjennomføring av aktiviteter.



Sandefjord Røde Kors er endel av Vestfold Røde Kors sitt samarbeide med fire distrikter i Moldova Røde Kors.

Samarbeidet bygger på prinsippet om å bygge kapasitet og styrke Røde Kors, erfaringsutveksling og opplæring, samt internasjonal forståelse ved gjensidig besøk.

Twiningprosjektet støttes økonomisk av alle Røde Kors lokalforeninger i Vestfold.



Røde Kors Sandefjord

Besøksadresse: Bugårdsgata 7, 3208 Sandefjord. **Postadresse:** Postboks 405, 3201 Sandefjord
e-post: sandefjord@vestfoldrk.no - **Tlf.:** 920 78 682 - **facebook:** Sandefjord Røde Kors