

## **INTERVIEW**

Fornyelse og optimering  
kræver svære opgør

## **FREMTID**

Hvad motiverer  
frivillige i fremtiden

## **PODCAST**

Tag fortællinger fra  
Røde Kors i ørerne

MIT RØDE KORS 02/26



150 ÅR

**KONG FREDERIK  
ØNSKER TILLYKKE**

# Frivilligheden er mangfoldig



**”Der findes ikke en rigtig eller forkert motivation - vi har brug for alle.”**

**R**øde Kors har altid rummet mennesker, der er forskellige og står i forskellige livssituationer. Det gælder dem, vi hjælper. Men det gælder også os selv.

Nogle frivillige glæder sig til den faste vagt og fællesskabet. Andre vil byde ind, når det passer ind mellem arbejde, studie og familieliv. Nogle drives af opgaven. Andre lige så meget af relationer. Og nogle kommer med lyst til at udvikle og tænke nyt. Andre bærer erfaringerne.

Der findes ikke en rigtig eller forkert motivation - vi har brug for alle.

For frivilligheden forandrer sig. I dag engagerer flere sig mere fleksibelt og i kortere perioder. Med Røde Kors Parat har vi åbnet for, at man kan hjælpe med konkrete opgaver. Og vi har brug for digitale frivillige i fx SnakSammen, webshoppen og til Online Sprogtræning.

Det ændrer ikke ved det vigtigste: Ønsket om at hjælpe.

Da Kong Frederik på en fantastisk dag var med til at fejre vores 150-års jubilæum, mødte han også to frivillige, der på hver deres måde viser bredden i Røde Kors. Loke, som hjælper til gennem Røde Kors Parat, når tiden er der. Og Camilla fra Herlev, der både som formand og aktivitetsleder har engageret sig fast i forskellige aktiviteter og fællesskaber.

I min tale den dag sagde jeg, at der findes værdier, som består, selv når verden forandrer sig: relationer mellem mennesker, lysten til at hjælpe og medmenneskelighed. Det er værdier, der har båret Røde Kors gennem generationer, og som vi sammen tager med ind i fremtiden.

Men Fremtidens Frivillige har ikke én ny måde at være frivillig på. Måske handler fremtiden om, at frivilligheden bliver mere mangfoldig. Og allerede er blevet det.

Det stiller krav til os som organisation. Ikke bare om at være fleksible, men om at være rummelige.

Medmenneskelighed handler ikke kun om dem, vi møder gennem vores aktiviteter og indsatser. Det handler også om, hvordan vi møder hinanden. Om vi kan være nysgerrige på andre måder at engagere sig på. Om vi kan rumme både nye idéer og erfaring.

Det er ikke altid let. Når forskellige mennesker mødes, vil der også være uenigheder, forskellige perspektiver og behov. Det skal vi kunne favne og bruge konstruktivt. Vi skal byde mangfoldigheden velkommen for i dén ligger der også en stor kraft. I Røde Kors skal forskellige mennesker kunne finde mening i at bidrage til den samme sag.

Det har været vores styrke gennem 150 år. Og sådan skal det også være i fremtiden.



**Udgiver** Røde Kors, Blegdamsvej 27, Postboks 2600, 2100 København Ø, Tlf.: 35 25 92 00, info@rodekors.dk, www.rodekors.dk

**Redaktion** Klaus Nørskov (ansv.), Søren Lauridsen (red.), Louise Sjøstrøm, Janus Rashid Flachs Madsen, Johan Redder Mussmann, Matias Holm Christensen. **+ Layout** InBold **+ Forside** Kong Frederik åbnede jubilæumsudstillingen på Røde Kors' landskontor. Foto: Jakob Dall **+ Tryk** Stibo Complete **+ Oplag** 32.500 **+ ISSN-nummer** 2246-686

Mit Røde Kors udkommer fire gange om året og sendes til alle frivillige i Røde Kors. Meninger fremsat i bladet er ikke nødvendigvis sammenfaldende med Røde Kors' holdning. Redaktionen er afsluttet 29. maj 2026.

**Adresseændringer:** Skriv til [mrkredaktion@rodekors.dk](mailto:mrkredaktion@rodekors.dk).

Næste nummer omdeles fra 28. september 2026.

## I HVERT NUMMER

- 4 Kort nyt
- 8 Rejsebrev
- 20 Helt frivilligt
- 26 Verdenshjørnet
- 32 Fra fund til fashion
- 36 Bagbutikken
- 38 Nørklerier
- 40 Godt at vide
- 43 Quiz



©Jakob Dall

# RØDE KORS 150 ÅR

*Medmenneskelig siden 1876*

## 16

### TAK FRA KONGEN

Kong Frederik har sat gang i jubilæumsfesten. Ved den officielle fejring fik han lejlighed til at takke og tale med Røde Kors' frivillige.



©Johan Redder Mussmann

## 24

### OPGØR OG BALANCEGANG

Det kan kræve nogle opgør at skabe forandringer som ung, ny formand. Christine Skovsgaard Brun er godt på vej i Helsingør.



©Linda Johansen

## 10

### FREMTIDENS FRIVILLIGE

Frivilliges motiver og måder at engagere sig på spænder vidt. Nogle søger faste fællesskaber, andre fokusere på faglige input og fleksibilitet.



**”For mig er det nemmeste i hele verden at finde overskud til det, for det at være frivillig giver mig overskud.”**

Michael, frivillig samarit i Røde Kors

SCAN, LÆS, LYT  
FIND BLADET  
ONLINE HER



# KORT NYT



## STÅ SAMMEN MOD ENSOMHED

Ensomhed kan have store konsekvenser for den enkelte, og alt for mange danskere kender til følelsen af at være ensom. I foråret lancerede Røde Kors en interaktiv kampagne i storcentre i fire danske byer, hvor avanceret teknologi registrerede, når en forbipasserende stoppede op og gav kampagnen opmærksomhed. Ved siden af kampagnen var det også muligt for forbipasserende at melde sig som frivillig i Røde Kors' aktiviteter eller opsøge hjælp til at komme ud af egen ensomhed.

## REKORDSTOR EFTERSPØRGSEL PÅ VÅGETJENESTEN

Røde Kors kunne sidste år registrere en stigning på 19 pct. i antallet af vågninger. Det svarer til 2176 vågninger mod 1833 året før, og er det højeste antal i vågetjenestens 20-årige historie. Stigningen skyldes bl.a. arbejdet med at styrke de eksisterende vågetjenester og udbrede vågetjenesten til flere steder i landet. Det er blandt andet sket igennem mere systematisk samarbejde med kommuner og regioner, hvor kommunikation og vidensdeling om vågetjenesten har gjort, at flere plejehjem, hjemmeplejen, sygehuse og bosteder nu kender til tilbuddet.

# 3

Den 1. maj kunne Røde Kors Genbrugs webshop fejre tre års jubilæum og har nu 51 butikker tilknyttet. Forventningen er, at det tal er steget til 56 inden årets udgang.

# 62

Så mange pct. af de økonomisk udsatte familier adspurgt i en undersøgelse fra Røde Kors vurderer, at deres eget helbred er 'mindre godt' eller 'dårligt'. Til sammenligning gælder det for 18 pct. af den generelle befolkning i Danmark.

## Ny aftale om beredskabssamarbejde

Røde Kors har indgået en samarbejdsaftale med Gentofte Kommune, som skal styrke kommunens lokale beredskab før, under og efter kriser, ulykker og andre ekstraordinære hændelser. Med aftalen kan Røde Kors bidrage med frivillige ressourcer, krisestøtte og praktisk hjælp, når der opstår behov.

4 Røde Kors har dermed 9 antal kommunesamarbejder på området.

## POPULÆRT BYGGEENBRUG

Overskudsmaling, bland selv-skruer, kabeltromler og vinduer, der har flere liv i sig, er i høj kurs, så nu er Røde Kors Byggegenbrugsbutik nummer fem åbnet, denne gang i Horsens. Røde Kors har nu byggegenbrugsbutikker i Odense, Ringkøbing, Hinnerup og Viborg foruden den nyåbnede butik i Horsens.

Yderligere tre butikker med byggegenbrug er på vej.



©Johan Møssmann

# 10,8

Så mange pct. af befolkningen i Danmark føler sig ensomme ifølge seneste sundhedsprofil, som udkom i marts. Det svarer til 540.000 danskere og er stigning fra 9,6 pct. siden sidste måling i 2023.

## Årets førstehjælper

Jeanett Søndergaard og sønnerne Bjarke og Thorbjørn er kåret som Årets Førstehjælper 2026, efter de sidste sommer reddede livet på Jeanetts bror, John, ved at stoppe en livstruende blødning. Ulykken skete, da en rude pludselig sprang i hænderne på John under et vinduesskifte, og et glasskår skar hul på pulsåren i låret.

Familien reagerede hurtigt og fordelte rollerne: Jeanett ringede 112, Thorbjørn hentede håndklæder, og Bjarke lagde pres på såret og holdt John ved bevidsthed, indtil hjælpen nåede frem.

Årets Førstehjælper uddeles hvert år af Røde Kors til personer, der handler hurtigt og korrekt i kritiske situationer. Med prisen følger 10.000 kroner, sponsoreret af Caverion Denmark A/S.

## Sammen hjælper vi mere

Kræftens Bekæmpelse og Røde Kors er gået sammen for at sikre mere hjælp til kræftpatienter og pårørende. Helt konkret vil organisationerne henvise til hinanden for rådgivning og give kræftpatienter og pårørende praktisk støtte og tryghed der, hvor behovet er, bl.a. ved at tilbyde hjælp fra Røde Kors' 12.000 parathjælpere, som fx kan træde til med afhentning af medicin, ledsagelse til hospitalet eller indkøb.

# 57

procent. Så mange har hjulpet en fremmed i det offentlige rum inden for det seneste år. Det viser en undersøgelse, som Voxmeter har lavet for Røde Kors. Det skal tilføjes, at blandt dem, der har oplevet en fremmed have brug for hjælp i det offentlige rum, er det næsten alle, der svarer, at de er trådt til med hjælp, mens kun en meget lille andel ikke gør.

## FRIVILLIGE GUIDER UDVIDER INDSATSEN

Røde Kors' frivillige guider kendes i dag fra hospitalerne men er nu for første gang rykket ind på et sundheds- og rehabiliteringscenter. Det sker på MarselisborgCentret i Aarhus, hvor frivillige guider fremover står klar med hjælp til at skabe tryghed og overblik for besøgende og pårørende. Erfaringen er, at mange kan føle sig utrygge eller forvirrede, når de ankommer til et sundhedscenter, og her skal de frivillige guider sikre en venlig hånd og en rolig start på besøget.

Ordningen er etableret i et tæt samarbejde mellem Røde Kors Aarhus og MarselisborgCentret, og de frivillige er en del af Røde Kors' patientstøtteindsats.



UGE 22, 2026  
25. - 31. MAJ

#### ONSDAG

Vi er vært for det årlige møde for generalsekretærene fra de nordiske Røde Kors-selskaber, og emnet er beredskab. **Hvordan kan vi hver især bidrage ved større kriser i et andet land end vores eget?** Særligt i Sverige, Finland og det nordlige Norge er der bekymring for ikke at kunne klare sig selv, hvis krisen indtræffer.

Generelt er der øget fokus på beredskab og på, hvordan Røde Kors er skrevet ind i staternes beredskabsplaner, og vi drøfter, hvordan vi kan sikre et styrket fælles beredskab som ét Røde Kors i stedet for som nationale selskaber. Det er vigtigt at byde ind med til vores respektive myndigheder.

#### TORS DAG

Til kulturinstitutkonference på Christiansborg handler det kort sagt om kunstens betydning i demokratiet. Jeg er ny i bestyrelsen hos Dansk Kulturinstitut, som arbejder for bedre og stærkere dialog og forståelse mellem lande igennem kulturudveksling. Vi har lige været i Kina. Det er et spændende område for mig, og det føles vigtigt at blive klogere på og tage del i dette arbejde. **Kultur kan bringe mennesker sammen på tværs af grænser.** Det er der behov for i disse tider.

#### FREDAG

Mere demokrati: DGI har inviteret til paneldebat i Operaen om **Demokratisk dannelse i en digital tidsalder**, og Røde Kors er inviteret med, fordi vi med platformen Boblberg faktisk er et sted, hvor mennesker mødes digitalt for derefter at mødes ude i den virkelige verden.

Vi har en af de få digitale løsninger, som handler om netop det: at mødes rigtigt. Og den platform vil vi gerne stille til rådighed for hele forenings-Danmark. Det handler om, at vi skal have børnene aktiveret, så de ikke sidder for meget bag en skærm, men mødes i fællesskaber i den fysiske verden. Jeg tror på, at det er helt afgørende for næste generations fysiske og mentale helbred.

#### SØNDAG

Vi fejrer jo vores 150-års jubilæum hele året sammen med og for Røde Kors' fantastiske frivillige. Denne dag i Odense er første Folkemøde i rækken af fem, og det er en fantastisk dag! Det er en måde at sige **tak for det enorme frivillige engagement, som er fuldstændigt afgørende** for, at der overhovedet er et Røde Kors i Danmark. Det er også en dag, hvor vi debatterer, hvad fremtidens frivillighed kan være. Men først og fremmest er det en fejring!

Q/A

#### ANDERS LADEKARL

**Q** De nyeste tal viser, at 540.000 danskere oplever svær ensomhed. Det svarer til hver tiende af os. Hvad skal vi gøre ved det?

**A** Ensomhed er ikke bare en følelse. Ensomhed har alvorlige konsekvenser for både fysisk og mental sundhed med kortere levetid, øget risiko for sygdom, flere hospitalsindlæggelser og markant flere kontakter til sundhedsvæsenet. Derfor skal ensomhed tænkes langt tydeligere ind i vores tilgang til forebyggelse, trivsel og mental sundhed.

For at komme ensomhed til livs, skal vi også tale om at føle sig ensom, og vi skal tænke det som et fælles ansvar, at vi skal komme ensomhed i samfundet til livs. Det er en mærkesag for Røde Kors.

”Kald mig bare gammeldags – men det er os, der bliver fattigere uden medmenneskelighed.”

Anders Ladekarl på LinkedIn; om diskussionen af nedskæring i udviklingsbistanden.

# ”Jeg har aldrig prøvet at komme på ferie”

Flere tusind børnefamilier i Danmark kommer ikke på ferie. For børn i udsatte familier, hvor økonomien er stram og ressourcerne begrænsede, kan ferierne føles ensomme, tomme og lange.

Hjælp os med at skabe dage med ubekymrede børneliv. Giv udsatte børn et tiltrængt pusterum fra en presset hverdag på Røde Kors' ferielejre og dagsudflugter.

Vi ønsker  
GOD FERIE.  
TIL ALLE.

**SEND  
FERIEHJÆLP  
TIL UDSATTE  
FAMILIER  
I DAG!**

**MobilePay TIL 40905**



Eller benyt bankoverførsel til 5078 1286245

**GODE SOMMERMINDER. TIL ALLE.**

**260 KR.**



SKØN DAGSUDFLUGT  
FOR ET UDSAT BARN

**780 KR.**



SKÆG DAGSUDFLUGT  
FOR TRE UDSATTE BØRN

**1.500 KR.**



FEM DØGN PÅ SJOV FERIELEJR  
FOR ET UDSAT BARN

Tak for din hjælp til børn i udsatte familier. Du har sendt glæde og lettelse med hver en krone!



[www.rodekors.dk/sommerferie](http://www.rodekors.dk/sommerferie)



**MERE END TRE ÅR MED KONFLIKT** I Sudan har skabt verdens største humanitære krise. Hårde kampe har sendt mere end 13 millioner mennesker på flugt, og nødhjælpsarbejdet er vanskeligt.

For nylig besøgte jeg en af de nye lejre, der huser familier, som er fordrevet af kampe i det vestlige Sudan, særligt i Darfur-regionen. Med bil tager rejsen tværs over ørkenen to dage, men på dag to er trafikken næsten ikke-eksisterende.

Af og til møder man en kameldriver med én eller to kameler, men ellers er det bare sand, som blæser over vejen.

Størrelsen på lejren tog pusten fra mig. På få uger var den vokset fra 500 til 25.000 mennesker, der var flygtet fra volden. Nogle familier går i dagevis for at nå i sikkerhed. I lejren bor familier i telte med ét toilet for hver 150 mennesker. Jeg brugte et af dem selv, og jeg overdriber ikke, når jeg skriver, at man kunne lugte dem fra 500 meters afstand.

### VOLDEN ER KONSTANT TIL STEDE

I det medicinske telt hænger protokollen for, hvordan man behandler voldtægtsofre, side om side med instrukser om håndvask. Det fortæller med al tydelighed, at mange af flygtningene har været udsat for grusomme ting, men at det også blot er en del af hverdagen.

Frivillige fra Sudanesisk Røde Halvmåne knokler for at hjælpe de mange mennesker i lejren, men halvdelen af dem bor der faktisk også selv.

Jeg mødte en ung medicinstuderende, som havde hjulpet på det sidste fungerende hospital i El Fasher – en by, hvor volden eskalerede og patienter, pårørende og behandlere blev dræbt på et hospital. Den unge mands familie flygtede til nabolandet Tchad, som huser mange fordrevne fra Sudan. Selv nåede han denne lejr, og det første han gjorde, var at gå til Sudanesisk Røde Halvmånes telt og melde sig som frivillig.



©Sudansk Røde Kors

Fanny de Swarte lytter til fortællinger fra internt fordrevne i Port Sudan.



Et toilet bruges af 150 mennesker fra lejren, som man kan ane i baggrunden. Det er ikke tilladt at tage billeder inde i selve lejren.



**FANNY DE SWARTE** er udsendt til Sudan som katastrofedelegat for Røde Kors i Danmark. Hun har været en del af Røde Kors i fem år, og har tidligere arbejdet i Syrien, Sierra Leone og Saint-Martin i Caribien.

Fortalt til Julie Bergstrand-Christensen

Hans øjne lyste op, når han talte om sit frivillige arbejde. Men da jeg spurgte til hans familie eller situationen i El Fasher, blev hans blik indadvendt og alvorligt. Som i mange andre samtaler stoppede jeg med at spørge for ikke at forvolde mere sorg.

### BETALER DEN HØJESTE PRIS

Når jeg ikke er på feltbesøg, bor jeg i Port Sudan på østkysten, hvor der er forholdsvis sikkert. Sammen med mine internationale kolleger bor jeg i et gæstehus ved siden af kollegerne fra Sudanesiske Røde Halvmåne. I begyndelsen af konflikten måtte mange forlade hovedstaden Khartoum, og hovedkvarteret blev flyttet her til Port Sudan, hvorfra hjælpeindsatsen koordineres på tværs af alle 18 stater. Men nu er situationen blevet bedre i Khartoum, og folk er begyndt at flytte tilbage.

Da jeg kom til Sudan i januar 2025, var omfanget af den humanitære katastrofe noget af det første, som slog mig. Derudover har det også gjort indtryk på mig, hvordan de lokale frivillige og ansatte formår at hjælpe de mange mennesker under ekstremt vanskelige forhold.

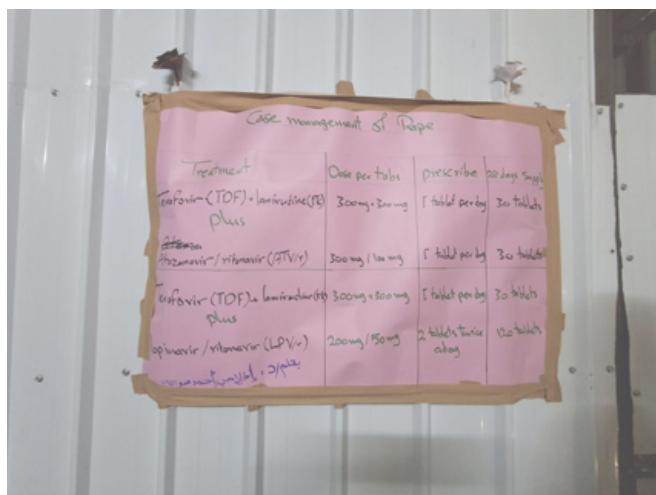
22 frivillige fra Sudanesiske Røde Halvmåne har mistet livet, mens de ydede hjælp. Sidste oktober mistede vi fem frivillige på én gang, mens de delte mad ud. Frygtelige videoer af deres sidste øjeblikke cirkulerede på sociale medier. Det kommer jeg aldrig til at glemme. Og alligevel fortsætter frivillige og ansatte med at hjælpe hver eneste dag. Det niveau af mod og dedikation er virkelig inspirerende.

*Røde Kors i Danmark har landekontor i Sudan og støtter Sudanesiske Røde Halvmånes arbejde indenfor blandt andet sundhed, mental sundhed og akut nødhjælp til de mange fordrevne.*



© Sudanesiske Røde Halvmåne

En blind kvinde registreres, så hun kan få økonomisk støtte.



På væggen hænger instruktioner i, hvordan man behandler voldtægts ofre.



Fanny de Swarte er udsendt til Sudan for Røde Kors i Danmark.



# FREMTIDENS FRIVILLIGE VIL ENGAGERE SIG FORSKELLIGT

Siden Røde Kors' begyndelse har frivillige været fundamentet for Røde Kors, og sådan vil det også være i fremtiden. Men noget er forandret: De frivillige engagerer sig på flere forskellige måder og af flere forskellige årsager. Nogle søger faste fællesskaber, andre fleksibilitet og konkrete opgaver.

**D**et er med skarpe og kvalitetsbevidste øjne, Birgitte Bastiansen scanner det ene stykke tøj efter det andet. Det er torsdag formiddag i Røde Kors-butikken i Lyngby Hovedgade, og selvom snakken er gået uafbrudt, siden de syv frivillige mødte ind, er omkring fem fyldte sække med tøj blevet sorteret og gjort klar til vurdering.

Her står ingen stille. Rundt omkring i butikken bliver der pakket varer ud, fyldt hylder op og hjulpet kunder, mens snakken går lystigt, både internt mellem de frivillige og med kunderne. Samtalerne spænder fra alt mellem hverdagens små oplevelser, storpolitik til hvordan tøj skal hænge på stativerne.

”Vi har det virkelig godt sammen her på torsdagsholdet, og jeg glæder mig altid til at komme og få en snak med de andre og kunderne,” fortæller Birgitte Bastiansen.

Torsdagsholdet er med tiden blevet en enhed, og derfor et nemt for teamet at gå i gang med arbejdet efter det korte morgenmøde. Ingen her har en fast plads. Alle hjælper på alle poster. Alt fra at sortere tøj til at hjælpe kunder, bliver det gjort med et smil på læben.

For Birgitte Bastiansen spiller fællesskabet en stor rolle – så stor, at hun ikke ville være frivillig, hvis det manglede:

”Hvis ikke jeg havde noget til fælles med dem, ville jeg søge et andet sted hen. Jeg har ikke lyst til at bruge min frivillige tid på noget, der ikke giver mig positive oplevelser,” siger hun.

Ifølge frivilligforsker Helle Hygum Espersen, chefanalytiker hos VIVE, er netop den type lokale fællesskaber stadig afgørende i frivilligheden, også selvom nye og mere fleksible måder at engagere sig på, fylder mere end tidligere.

#### RELATIONER ER AFGØRENDE

Men den største motivation i beslutningen om at blive frivillig er stadig relationel og social:

”Frivillighed er ekstremt relationelt. I vores undersøgelser kan vi se

**”Det, at vi kan handle i enhver situation, hjælpe og redde liv, er en helt klar motivationsfaktor.”**

Louise Petersen, samarit

For samaritterne Louise Petersen og Sarah-Louise Thilgreen er fagligheden vigtig.





For de genbrugsfrivillige i Lyngby er fællesskabet en vigtig del af aktiviteten.

at langt over 50 procent af frivillige i Danmark er blevet det gennem netværk. Enten fordi de er blevet spurgt, opfordret eller valgt. Hertil vil fællesskabet i højere grad opstå omkring den enkelte aktivitet. For eksempel genbrugsbutikken, hvor den sociale gevinst forbundet med frivilligheden vil få stor betydning,” fortæller Helle Espersen.

#### **FAGLIGHEDEN STYRKES**

I nabokommunen buldrer kaptrommerne dæmpet gennem betonen. Under FC Nordsjællands

fantribune gør samaritten Louise Petersen sit udstyr klar: walkie-talkien indstilles, briksen trækkes på plads, og taskerne kontrolleres.

I mere end syv år har hun været frivillig i Røde Kors og hjulpet alt fra fodboldfans til festivalgæster. De

**“Jeg næres af fællesskaber. Det giver mig energi at være sammen med andre.”**

Birgitte Bastiansen, frivillig i Genbrug

fleste vagter er rolige, men man skal altid være klar. For når uniformen er trukket på, repræsenterer man pludselig noget større end sig selv. En faglighed og Røde Kors.

Her er fagligheden en medvirkende motivationsfaktor:

“Vi er utroligt stolte af vores faglighed. Vi har brugt mange timer på at blive dygtige nok til at bære uniformen. Det, at vi kan handle i enhver situation, hjælpe og redde liv, er en helt klar motivationsfaktor for mig,” siger Louise Petersen, der dog også har brug for fleksibilitet i frivilligopgaven.

# DE IKKE-FRIVILLIGE

Hvad kunne motivere ikke-frivillige til at blive det? Vi spurgte nogle af dem til jubilæumsfesten på Ingrid Jespersens Plads i København:



**KIRSTINE SKOV JENSEN**

24 år, København  
Studerer  
religionsvidenskab

“Det handler ikke om manglende lyst – det handler om tid. Det skulle give noget i forhold til det, jeg studerer, så jeg kan få noget på CV’et.”



**CECILIE VEJEN**

23 år, København  
Studerer spansk

“Hvis det var fleksibelt, så jeg kunne passe det ind i mit skema, ville det give mening.”



**DANIEL LARSEN**

21 år, Kalundborg.  
Arbejder i et kølefirma og som tjener

“Jeg har aldrig rigtig set unge mennesker være frivillige – så det har aldrig faldet mig ind. Det kunne måske hjælpe at se nogen, der ligner mig selv.”



**NOAH BROE**

22 år, Kalundborg  
Studerer  
bygningskonstruktør

”Hvis jeg så det på Instagram eller en reklame, så tænker jeg over det – men jeg ville ikke selv søge det.”

Hun arbejder nemlig som sygeplejerske på børneafdelingen i Hillerød. Her er arbejdstiderne vekslende, hvilket for mange måske kunne gøre det uoverskueligt at melde sig som frivillig, da tiden er knap. Men Louise har fundet en god balance mellem det faste og det frivillige.

Hos samaritterne melder man nemlig selv ind på vagter, når det passer i ens skema.

”Som sygeplejerske er mine arbejdstider meget forskellige. Derfor er fleksibiliteten i arbejdet som samarit perfekt for mig,” fortæller Louise.

Tilbage i genbrugsbutikken i Lyngby Hovedgade forholder Birgitte Bastiansen sig anderledes til fleksible arbejdsdage. Hun har nemlig to klare formål med at være blevet frivillig.

## FÆLLESSKABET ER HALVDELEN

“Fællesskabet betyder halvdelen. For mig har det her to formål: Det ene er at tjene penge til Røde Kors, det andet er at være sammen med de andre,” fortæller Birgitte.

For Birgitte er det optimalt med sin faste arbejdsdag på torsdagens morgenhold. Hun ved hvad hun skal,

hvor det er henne, og hvem hun mødes med. Det skaber mulighed for at tilrettelægge resten af ugen. Men samtidig med, at frivillige som Birgitte stadig søger faste fællesskaber og rutiner, vokser ønsket om mere fleksible måder at engagere sig på.

Ifølge Helle Hygum Espersen er det ikke et opgør med den traditionelle frivillighed, men et tegn på, at flere former eksisterer side om side.

“Vi forventer i højere grad fleksibilitet i vores engagement, og det kan blive en udfordring for forningenslivet, fordi man er afhængig



Birgitte Bastiansen søgte en frivillig aktivitet med et socialt element.



For Cecilie Martens er fællesskabet en bonus, men ikke vigtigt for motivationen.



af, at nogen tager det lange, seje træk. Vores liv er blevet mere fleksible, også arbejdslivet. Jeg strukturerer det selv, og derfor bliver frivilligt engagement også mere flydende,” siger Helle.

### OPGAVEN SOM MOTIVATION

I en helt anden ende af frivilligheden er der fuldstændig stille. Som våger sidder Cecilie Marfelt alene hos døende mennesker, der ikke har nogen ved deres side. Som våger er man alene afsted, når man arbejder. Her er der ingen kolleger og ingen små samtaler om stort og småt. Kun dig og dit fokus på personen du våger over.

“Det, der motiverede mig, var det med at hjælpe nogen, når de havde brug for det,” siger hun.

Cecilie har selv haft døden tæt inde på livet, og fik i den forbindelse en stor lyst, til at stå til rådighed i et andet menneskes sidste timer. I Cecilies tilfælde var det den konkrete opgave som våger, der var det vigtige, da hun meldte sig som frivillig.

”Jeg meldte mig som frivillig, fordi vågernes arbejde er fantastisk. Jeg synes ikke at nogen skal dø alene. Så det, at skabe ro for den døende i den sidste tid, betyder meget for mig,” fortæller Cecilie.

Vågetjenesten har selvfølgelig også et fællesskab forbundet med aktiviteten, men det kommer til udtryk på en anden måde end i arbejdet som samarit eller at stå i genbrugsbutik, som naturligt er mere sociale aktiviteter, da man hele tiden omgås sine kolleger. Cecilie vidste ikke at der et fællesskab, da hun startede som våger.

“Fællesskabet er da en rar bonus. Det er ikke det, der motiverer mig, men jeg er blevet glad for de bekendte, jeg har mødt gennem vågetjenesten.”

Det at være motiveret af den konkrete opgave kender Birgitte

**”Det er ikke det, der motiverer mig. Fællesskabet er en rar bonus.”**

Cecilie, våger

Bastiansen også til. Dog kunne hun ikke se sig selv arbejde frivilligt i en aktivitet, hvor det sociale ikke også har en stor plads.

“Jeg næres af fællesskaber. Det giver mig energi at være sammen med andre.”

### IKKE ÉT IDEAL FOR FRIVILLIGHED

Når man samler trådene fra genbrugsbutikken i Lyngby, samaritten under tribunen og den stille vågevagt, tegner der sig ikke ét nyt ideal for frivillighed. Tværtimod.

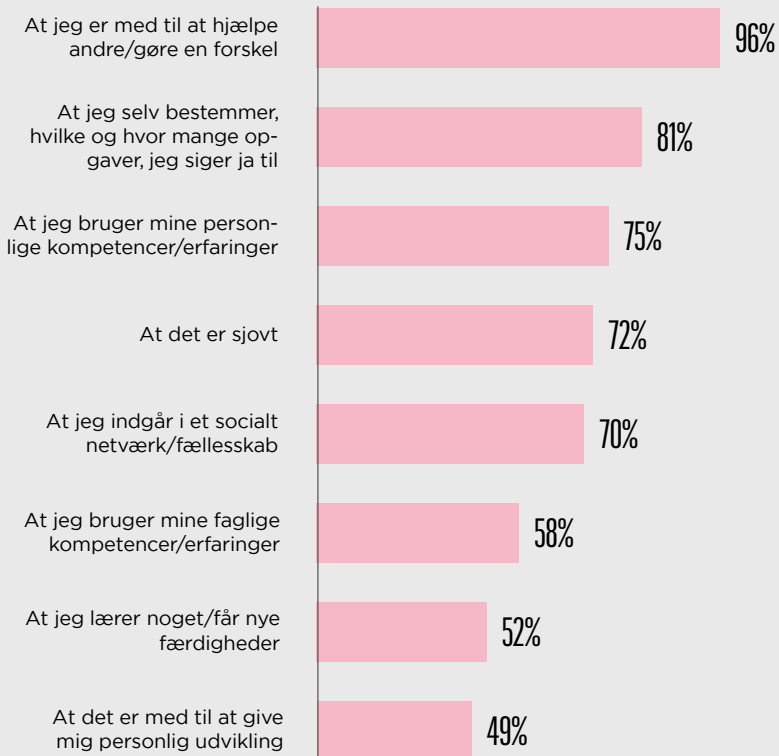
Nogle søger fællesskabet. Andre søger handlingen. Nogle vil engagere sig i en organisation over mange år, mens andre ønsker at træde til i konkrete aktiviteter, når det passer ind i deres liv. Ifølge Helle Hygum Espersen er det afgørende, at organisationer som Røde Kors kan rumme begge dele.

“Det er ikke på bekostning af de traditionelle former. Det er noget, der findes ved siden af. Jeg tror det vigtige for fremtiden er, at man skaber forskellige måder at være frivillig på inden for en given aktivitet. Man skal have for eksempel have mulighed for at være frivillig på forskellige måder i en Røde Kors-butik, siger Helle Hygum Espersen.”

Skann koden med dit mobilkamera og få gode råd til rekruttering af frivillige.



## DET MOTIVERER RØDE KORS-FRIVILLIGE



Kilde: Engagementsundersøgelsen 2022. Ekskl. Parat

40%

af danskerne laver frivilligt arbejde.

33%

af den voksne befolkning har aldrig lavet frivilligt arbejde.

48%

af befolkningen, der ikke har udført frivillige arbejde, ville være villige til at være frivillige, hvis de var blevet spurgt.

Kilde: Vives frivilligundersøgelse 2024

## KONG FREDERIK:

# TAK TIL RØDE KORS

Hans Majestæt Kongen både hyldede og takkede Røde Kors og de frivillige, da han åbnede jubilæumsudstilling og officielt tog hul på fejring af 150-års jubilæet.

Fejringen af 150-års jubilæet er for alvor i gang. Kong Frederik tog hul på festlighederne, da han åbnede Røde Kors' jubilæumsudstilling, der nu er på turné rundt i landet.

Foran Røde Kors-ambassadører, repræsentanter fra Røde Kors' største donorer samt frivillige, hyldede Kong Frederik Røde Kors' mange frivillige, og i sin tale fremhævede han frivillighedens betydning for både fællesskabet og den enkelte:

”En følelse af mening, af fælles-

skab, af forbundethed.”

Kongen, der er protektor for Røde Kors, fremhævede også sin families forbindelse til Røde Kors: Kong Christian den 9. blev den første protektor for Røde Kors i Danmark i 1877, Dronning Ingrid var Røde Kors-sygeplejerske i Sverige og senere protektor, og Prins Henrik satte sin rolle som protektor højt.

”Det er jeg stolt af at være en del af. Og det er jeg stolt af, at min familie har været en del af helt fra begyndelsen,” sagde han. →



Detaljerne i udstillingen blev nærstuderet.



De to frivillige Camilla Buur og Løke Møller Hansen fortalte Kongen om deres frivillige roller som våger og Parat-hjælper.

”Tak for, at I tager handling – uden at tage side. Stort tillykke med de 150 år.”

Hans Majestæt Kong Frederik



Kong Frederik kunne på udstillingen se sig selv som baby på et Røde Kors-frimærke.

Under besøget talte Kong Frederik med flere frivillige. En af dem var Camilla Buur, der er frivillig våger og lokalformand i Herlev.

### ”EN STOR OPLEVELSE”

”Det var en stor oplevelse. Han var meget rolig og nærværende og nysgerrig på, hvorfor vi stiller op, og hvad vi kan som vågere. Vi talte også om, at han selv sad hos sin far til det sidste,” siger Camilla Buur om mødet med Kongen, der havde forberedt sig.

”Han havde tydeligvis hørt podcasten, og vidste, hvem vi var.”

Han hyldede både Røde Kors som organisation og anerkendte den frivillige indsats:

”Når jeg har talt med de frivillige, er de som regel mere optaget af at fortælle om det, de får igen, end om det, de giver.”

”Det er det smukke ved frivillighed – at man giver noget uden at kræve noget til gengæld, og så alligevel ender med at få noget enestående retur.”

Inden arrangementet var Kongen til en privat briefing om Røde Kors’ aktuelle arbejde og operationer sammen med præsident Jette Runchel og generalsekretær Anders Ladekarl.



Inden den officielle del af besøget var Kongen til briefing om det nationale og internationale arbejde. I mødelokalet viser en plakate den historiske forbindelse mellem Kongehuset og Røde Kors i Danmark.



Ved briefinggen spurgte Kongen interesseret ind til Røde Kors’ indsatser.



Røde Kors-ambassadører, repræsentanter fra Røde Kors’ største donorer og frivillige udtrukket ved lodtrækning deltog i receptionen.



**“Røde Kors er altid til stede – for alle. Også herhjemme. Behovet er et andet her, men omdrejningspunktet er det samme: Medmenneskelighed.”**

**Hans Majestæt Kong Frederik**



Festen fortsatte på Ingrid Jespersens Plads.

# KOM MED TIL FOLKEMØDE

Landet over inviterer Røde Kors til folkemøder for at fejre, at Røde Kors i Danmark fylder 150 år. Vi fejrer frivillige og sætter frivillighed på dagsordenen.

Festerne er for alle frivillige og deltagere i Røde Kors' aktiviteter - og for alle der har lyst til at høre mere om Røde kors eller bare har lyst til en hyggelig dag i godt selskab.

- **Herning**  
15. august klokken 10-15
- **Aalborg**  
27. august klokken 12-19.30
- **Kolding**  
29. august klokken 15-21
- **Ringsted**  
5. september klokken 11-18

*Folkemødet i Odense blev afviklet efter bladets deadline.*

**Se programmer på MitRødeKors.**



**RØDE KORS**  
**150 ÅR**  
*Medmenneskelig siden 1876*



**SCAN KODEN** og hør i podcasten Helt Frivilligt, hvordan det allerede som ung teenager stod klart for Michael Stadsbjerg, at han ville arbejde med omsorg og også opleve fællesskabet og glæden ved at gøre en forskel som frivillig. Hør Michaels historie og hvordan han blev samarit og instruktør.



## Frivillig som 14-årig

Michael Stadsbjerg charmerede sig ind som samarit allerede som 14-årig. At være frivillig kræver ikke overskud, men giver det, siger han.

**M**ichael Stadsbjerg på 32 bor i en lille by mellem Struer og Holstebro sammen med sin gravide kone og deres to børn. Til daglig er han oversygeplejerske, og i fritiden er han frivillig samarit, aktivitetsleder og instruktør for nye samaritter hos Røde Kors. Han har et stort omsorgsgen og at være frivillig er en vigtig del af den, han er. Han startede allerede som 14-årig og har endda fået en fornem pris for indsatsen. Men hvordan finder man på den slags, når man er ung teenager?

”Min mormor var en fantastisk kvinde. Hun var frivillig i en genbrugsbutik, da jeg gik i folkeskolen. Hun tog mig med på vagt, og det var der, jeg fik lysten til selv at blive frivillig. Jeg så jo, hvordan de gik og hyggede sig med det og satte en ære i det, og så tjente de penge til et godt formål.

Fællesskabet, de havde, gjorde indtryk på mig. Og det at se, at man kunne gøre noget for andre.”

”14-årige Michael ville måske ikke lige stå i butik, men jeg vidste allerede dengang, at jeg gerne ville arbejde med mennesker som voksen. Så jeg gik ind på Røde Kors’ hjemmeside og fandt ud af, at man kunne blive samarit. Det lød virkelig fedt, synes jeg.”

### DET ER SJOVT OG MENINGSFULDT

”Jeg var faktisk ikke gammel nok dengang. Man skulle være 15 år for at blive samarit – i dag er det 18 – men jeg skrev til dem og sagde, jeg er 14, men forventer at blive 15 på et givent tidspunkt, så må jeg få lov til at komme ud og se, hvad I laver? Det havde de svært ved at sige nej til, og så har jeg hængt fast lige siden,” siger Michael Stadsbjerg.

”For mig er det meningsgivende at kunne hjælpe menneske til menneske og være en støtte for børn, hvor deres forældre ikke er i nærheden. At stå klar, så folk ved, at der er nogen, der kan tage sig af dem, hvis der skulle ske dem noget. Og så er det rigtig sjovt. Vi har et vanvittig godt fællesskab både i vores egen lokalafdeling, men også i hele landet, fordi vi bliver uddannet samme sted og tager på vagter med hinanden i hele landet.”

### JEG GÅR TIL SAMARIT

”Min kone og jeg er måske ikke altid helt enige om mit tidsforbrug i Røde Kors, men jeg plejer at sige, at

i stedet for at gå til fodbold hver torsdag aften og skulle spille kamp i weekenden, går jeg til samarit hver onsdag aften og så er jeg ude og dække vagter i weekenden. For mig er det det nemmeste i hele verden at finde overskud til det, for det at være frivillig giver mig overskud.”

”En samarit leverer professionel førstehjælp til alle mulige forskellige arrangementer. Vi kan afhjælpe alvorlige tilskadekomster, men også snakke med mennesker og tage os af småskader som sår, vabler, forstuvninger osv. Vi møder mennesker, der kan stå i en periode af deres liv, som de synes kan være rigtig svære. De har tillid til Røde Kors og ved, hvem vi er, og jeg oplever, at vi bliver opsøgt af rigtig mange.”

### FIK EN PRIS OG BLEV MUNDLAM

I 2018 blev Michael tildelt Hendes Majestæts Emblem, som er en anerkendelse, man kan få, hvis man har ydet en særlig, langvarig og betydningsfuld indsats som frivillig. Dengang var han den yngste nogensinde til at få den.

”Jeg vidste ikke engang, at prisen fandtes og blev meget mundlam, ydmyg og stolt, da jeg fik den. Tænk, at der var nogen, der syntes, at den skulle jeg have. Min mormor er her ikke mere, men hvis hun så, hvad jeg gør i Røde Kors i dag, ville hun nive mig i kinden og sige ”hvor er du bare skøn.” Hun ville være stolt over at have inspireret mig,” fortæller Michael.

tihel@rodekors.dk



# RØDE KORS I ØRERNE

## HELT FRIVILLIGT - HISTORIER FRA JER, DER GØR EN FORSKEL

Hvad får mennesker til at bruge deres tid på at hjælpe andre? Og hvad får de selv igen? Røde Kors er bygget på frivillighed, og denne serie sætter i anledning af jubilæet spot på 12 af de 43.000 frivillige, der udgør kernen af

Røde Kors i Danmark.

I podcast-serien Helt Frivilligt møder du nogle af dem, der hver dag får Røde Kors til at fungere. Du kommer tæt på deres historier – om at være Parat-hjælper, butiksleder, våger eller noget helt fjerde.

Det er personlige fortællinger om engagement, fællesskab og lysten til

at gøre en forskel. Om små øjeblikke, der betyder noget – både for dem, der får hjælpen, og dem, der giver den.

Flere af de medvirkende kender du måske allerede fra Mit Røde Kors-bladet.

*Helt frivilligt er otte afsnit på cirka 20 minutter*



”Jeg har nok en ’social slagside’ med hjemmefra. Jeg vil gerne bidrage til vores samfund.”

Jan Berthel, butiksleder,  
i Helt Frivilligt

## DE HVIDE BUSSER - REDNINGS-AKTION I KRIGENS KAOS

I slutningen af 2. Verdenskrig skete der noget, som næsten ikke burde kunne lade sig gøre: Mellem 17.500 og 20.000 fanger blev reddet ud af nazisternes koncentrationslejre.

Bag aktionen stod Røde Kors og helt almindelige danskere – buschauffører, sygeplejersker, læger og frivillige – som satte livet på spil for at hente fangerne hjem.

I podcast-serien De Hvide Busser kommer du med helt tæt på den dramatiske redningsaktion. Historien fortælles gennem breve, dagbøger og øjenvindner, og du følger både planlægningen, de farefulde køreture og de mennesker, der gjorde indsatsen mulig.

Det er fortællingen om mod, handlekraft og en af de største humanitære indsatser i nyere dansk historie.

*Podcast-serien De Hvide Busser er i fem korte afsnit*

## JUTLANDIA - ET SYMBOL PÅ DANSK HJÆLPEARBEJDE

Den 10. marts 1951 lagde Røde Kors’ hospitalsskib Jutlandia til i den sydkoreanske havneby Pusan. Landet var i blodig krig, og Danmark bidrog til FN’s indsats ved at sende skibet afsted – med Røde Kors ved roret for at bevare neutraliteten.

Jutlandia behandlede tusindvis af sårede soldater og civile og står i dag som et ikon på Danmarks og Røde Kors’ internationale hjælpearbejde.

Ombord var læger, sygeplejersker og unge som 20-årige Bent Boisen. For ham blev udsendelsen livsforandrende – og hans historie har præget familien helt frem til i dag.

I podcast-serien kommer du tæt på menneskene ombord og deres oplevelser i krigens skygge.

*Podcasten ”Jutlandia – kaldet til slaget” er i seks afsnit*

## ANDRE PODCASTS

### BAGBUTIKKEN

Podcasten sætter fokus på det, vi taler om, når vi mødes. I podcast-serien møder du frivillige, eksperter og gæster, der drøfter de spørgsmål, der fylder i hverdagen: Digitalisering, generatonsskifte, frivillighed i en forandret verden og meget mere.

*Bagbutikken består foreløbig af seks afsnit – der udgives løbende flere.*

### SAMTALER BAG TREMMER

Podcastens seks afsnit giver et unikt indblik i relationen mellem indsatte og frivillige i fængselsbesøgstjenesten – en relation, der ofte udvikler sig over flere år med både op- og nedture.

## KOM I GANG MED PODCAST

### IPHONE ELLER IPAD:

- Åbn appen Podcasts (den er som regel allerede installeret).
- Tryk på søg, skriv navnet på podcasten, og vælg en episode.

### ANDROID-TELEFON

- Hvilken afspiller du har, afhænger af din telefon. Har du ikke en podcast-app, kan du hente en gratis i Google Play Butik, fx Spotify eller Pocket Casts.
- Søg efter podcasten og vælg på en episode.


### COMPUTER:

- Lyt via Mitrodekorsblad.dk eller fx Spotify i din internetbrowser.

### FÅ MERE HJÆLP

Scan QR-koden for en enkel guide og direkte links til podcastene.



A close-up portrait of Christine Skovsgaard Brun, a woman with long, wavy, light brown hair and blue eyes. She is wearing a dark green blazer over a black top, a thin gold necklace with a small pendant, and green hoop earrings. Her hands are clasped in front of her. The background is dark and out of focus.

“Når det har været  
bøvlet, har jeg godt  
kunne spørge mig selv,  
om det er det værd.  
Men det er det jo.”

# BALANCEN ER AFGØRENDE

Rollen som formand kan være en balancegang, når man er ny i Røde Kors og gerne vil skabe fremdrift, erkender Christine Skovsgaard Brun. Men med et miks af erfarne kræfter og nye kræfter med lyst til udvikling går det.

Det var både et langt, ensomt træk og et møde med et varmt og givende fællesskab, da Christine Skovsgaard Brun blev formand for Røde Kors Helsingør for godt to år siden. Hun var lidt ved en tilfældighed blevet besøgsven i lokalafdelingen året før – ”det var lige en kampagne fra Røde Kors, der dukkede op” – men ret hurtigt ville omstændighederne, at formandsposten blev ledig, og Christine blev valgt.

”Jeg blev taget godt imod og mødt med åbenhed. Men jeg kunne også mærke den der ’de nye vil bare lave det hele om’ tilgang til mig,” fortæller Christine, som rigtigt nok også ret hurtigt vidste, at der var ting, hun ville gøre anderledes.

Hun savnede det, hun kalder formaliserede processer: mere skriftlighed, flere dokumenterede aftaler og mødereferater for eksempel. En anden kultur end den, hvor man lige ringer sammen for at klappe ting af.

”Det har en stor værdi at tale sammen, ingen tvivl om det. Men for det første arbejder jeg i dagtimerne. Jeg har ikke mulighed for lige at ringes ved på den måde. For det andet er der en risiko for, at man efterfølgende ikke helt kan huske, hvad det nu var, vi aftalte, og det står heller ikke nogen steder. Jeg ville gerne indføre lidt mere formalitet og dokumentation, om man vil”, siger Christine Skovsgaard Brun.

## FRIVILLIGHED SOM VÆRDI

Hun havde nemlig oplevet, at der ikke var nogen klare eller afstemte svar at hive frem, når nye kom til med en masse spørgsmål.

”Så kunne vi ikke hive en forretningsorden frem

eller sende noget på skrift om, hvordan vi arbejder her i Røde Kors Helsingør. Det var der brug for – både for at have et fælles afsæt for rammerne for vores arbejde og også for at kunne være tydelige omkring, hvad der forventes og hvorfor vi gør, som vi gør. Det gør det nemmere for alle parter,” forklarer Christine Skovsgaard Brun og lægger også vægt på, at det i høj grad handler om at forløse det potentiale, der ligger i foreningen.

”Jeg ville ikke lave det hele om. Jeg ville – og vil – udvikle. Og optimere, så vi kan bruge kræfterne på det egentlige arbejde”.

Det er nemlig sagen, der driver hende og hendes frivillige væsen. Frivilligheden går årtier tilbage: Til da hun som 19-årig var i Afrika for at arbejde på først et hospital og siden en skole; til frivillig mentor på universitetet; og til masser af frivillige timer i sit lokalområde.

”Jeg er altid frivillig til den lokale havnefest”, griner hun og fortsætter opremsningen:

”Og til festivaler og julebanko. Jeg har altid lavet frivilligt arbejde. Det er måske bare en værdi, jeg er vokset op med, og i princippet kunne jeg også være frivillig i andre organisationer. Men Røde Kors-sagen fylder helt sikkert noget for mig, kan jeg godt mærke. Formålet med det, jeg laver, og den varme der er,” siger Christine Skovsgaard Brun.

## KAMPE AT TAGE

Og i dag er hun så formand for en Røde Kors-bestyrelse på fem medlemmer, der spænder i alderen 30 til 80 år. Den sammensætning giver uden tvivl udfordringer og misforståelser men også en afgørende og værdifuld dynamik. For hvor de yngre og nye kræfter →

kommer med idéer og forslag til forandring, kan de ældre medlemmer tilføje uvurderlig erfaring, viden og perspektiv.

”For mig er det helt afgørende med den balance”, siger Christine Skovsgaard Brun.

Det er dog ikke gået uden modstand, det vil hun godt erkende. For ’plejer’ er en stærk kraft. Det samme er hierarkier og magtbalancer.

”Jeg har været nødt til at tage nogle opgør, og det har ikke været sjovt”.

I sådan et forløb har Christine lige skulle minde sig selv om, hvorfor

hun bruger sin tid på den slags.

”Når det har været bøvlet, har jeg godt kunne spørge mig selv, om det er det værd. Men det er det jo, og jeg går ingen steder”, konstaterer Christine Skovsgaard Brun og fremhæver den hjertevarme og åbenhed, hun oplever som helt særlig for Røde Kors.

”Det er en stor kontrast til den politiske verden, jeg kom fra.”

#### **RÆK UD EFTER HJÆLP**

Hun fremhæver også den erfaring

og det fællesskab, hun finder med andre lokalformænd i Røde Kors og taler begejstret om bl.a. formandskonferencen:

”Der er meget erfaring og viden at dele med de andre formænd. Nogen fortæller, at de gør noget på en helt anden måde, end man selv gør, og det kan være en stor inspiration. Og nogen fortæller om ting, der er svære, og det giver en tryghed, fordi man selv måske har stået med det samme. Så mit råd er virkelig at række ud til hinanden – man bliver så godt taget imod!”



## **CHRISTINE SKOVSGAARD BRUN**

- 38 år og formand for Røde Kors Helsingør siden 2024
- Tidligere formand for partiet Venstre i Helsingør
- Bæredygtighedskonsulent i Velux
- Bor sammen med sin kæreste og sin datter

## **CHRISTINES RÅD TIL NYE FORMÆND**

- Få lavet en forretningsorden, som danner rammerne for samarbejdet i bestyrelsen og som gør det nemmere, når nye kræfter skal ombord.
- Skriv referater og aftaler ned. Det sikrer fælles afsæt og frigiver ressourcer til de egentlige indsatser.
- Ræk ud til andre formænd: Det giver et varmt fællesskab og god udveksling af erfaringer
- Opsøg aktivt yngre bestyrelsesmedlemmer og frivillige. Ikke kun yngre i aldersforstand, men fx også nyslåede pensionister. Blandingen af nye og gamle, unge og ældre er afgørende.
- Bed om hjælp – både i afdelingen og på Landskontoret.



Dynamikken mellem ung og gammel er værdifuld og giver balance, siger Helsingør-formanden.

**200**

legeskasser med bl.a. LEGO ender i hænderne på ca. 3.000 børn fra Kenya – kasserne bruges som redskab til psyko-social støtte til børnene, der lever i områder ramt af kriser.



**5**

borehuller i de tørkeramte områder i Bari og Sanaag i Somalia er blevet sat i stand af Røde Kors, og har igen givet lokalsamfundet adgang til vand.

Flere end

**1.100**

personer har marts og april haft ly i et af Libanons største shelters, Chamille Chamoun Sport City Stadium, som drives af Libanesisk Røde Kors.

**79.536**

ukrainere modtog i 2025 psykosocial støtte gennem programmer, der er støttet af Røde Kors i Danmark.



**32**

forskellige nationale Røde Kors-selskaber har støttet Myanmar Røde Kors i året der er gået siden jordskælvet i 2025.

Røde Kors i Danmark har sendt

**5,35 mio.**

kroner til bl.a. Irak, Yemen, Afghanistan og Yemen efter eskaleringen af konflikten i Mellemøsten.



# TILLYKKE

Brug din fødselsdag til at gøre en forskel.  
Ønsk dig bidrag til hjælpearbejdet i stedet for gaver og blomster.  
Så når din glade dag helt ud til dem, der trænger mest  
– som nødhjælp, lægehjælp og håb.



Læs mere på [www.rodekors.dk/fest](http://www.rodekors.dk/fest)

# DER ER SOLSKIN EFTER REGNEN

Da supertyfon ramte Filippinerne, hjalp Eufemia Collado som frivillig andre i sikkerhed. Derhjemme var hendes egne børn isolerede i oversvømmelserne.

Det var, som om jeg var delt i to – mit engagement i hjælpearbejdet og min familie. Eufemia Collados indsats som frivillig har betydet, at hun ikke kunne være der for sin familie midt i en krise. Hun var en del af holdet i Quirino-afdelingen i det nordlige Luzon, som hjalp folk med at forstærke deres hjem forud for supertyfonen Fung-Wong og derefter uddelte varme måltider i evakueringscentre før og efter tyfonen ramte 9. november.

Det lokale frivillighold uddelte 176 sæt med reb, søm og brædder, der

hjalp med at sikre folks skrøbelige boliger før tyfonen.

”Vi havde travlt hele dagen med at sikre, at folk havde deres sæt og vidste, hvordan de skulle installere dem. Derefter uddelte vi varme måltider til de mennesker, som allerede var i evakueringscentrene. Vinden var allerede begyndt at tage til.”

”Jeg forsøgte at komme hjem, hvor mine to børn på 13 og 8 år var sammen med min 75-årige mor, men alle veje, vi prøvede, var blokeret af jordskred eller væltede træer, og vejret blev værre. Det var ikke læn- gere sikkert.”

“Det var, som om jeg var delt i to – mit engagement i hjælpearbejdet og min familie.”



## ANNITA HJÆLPER TIL SELVSTÆNDIGHED

Det er ikke kun i Danmark, Røde Kors hjælper med cykeltræning. Hver tirsdag underviser Røde Kors-frivillige i cykling for voksne i bydelen Klostergården i Lund. Her hjælper frivillige som Annita Bogren deltagerne med at tage deres første tråd – og få en mere selvstændig hverdag.

”Det giver mig både glæde og tilfredsstillelse at hjælpe deltagerne med at lære noget nyt. Det bedste er, når nogen går herfra med følelsen af: Det her har jeg klaret,” siger hun.

Deltagerne er – som i Danmark – oftest kvinder, som er vokset op i andre lande. Med cykeltræningen øges jobmuligheder og hverdagens opgaver bliver lettere. ”Det handler også om at understøtte menneskers hverdag og give dem et værktøj til et mere selvstændigt liv,” siger Annita Bogren.



©Johan Båvman



©Ellie van Baaren/IFRC

Eufemia Collado måtte ringe hjem og fortælle børnene, at hun ikke kunne komme tilbage.

”Jeg var ked af, at jeg ikke var der til at sove sammen med dem, når de blev bange. Jeg kunne ikke sove, fordi jeg tænkte på dem hele natten. Det var, som om jeg var delt i to – mit engagement i hjælpearbejdet og min familie.”

Dagen efter blev hun kørt på motorcykel mod hjemmet. Affald og væltede træer gjorde turen vanskelig, og oversvømmelserne gjorde

den sidste strækning umulig at køre.

”Da vi nåede til den sidste bro, var vandet stadig for højt til motorcyklen – det gik mig op til lårene – men jeg kunne ikke vente på, at det faldt. Jeg vadede igennem og skyndte mig hjem.”

”Da mine børn hørte min stemme, løb de hen til mig. Det var, som om jeg var kommet hjem fra en lang rejse. Jeg gik ikke ud den dag. Folk sagde, det virker håbløst, men der er solskin efter regnen.”

sorla@rodekors.dk



©Johan Båvman

## MUTEAA SKABER FÆLLESSKAB

Muteaa Zain Al Abdeen begyndte som deltager i en kvindegroupe hos Svensk Røde Kors i Perstorp, en lille kommune i Skåne med Sveriges højeste arbejdsløshed.

Kvindegruppen er vokset til 22 deltagere, og Muteaa er med til at få aktiviteterne til at fungere. Hun er selv blevet frivillig og er med til at arrangere aktiviteter som ”Mad & Snak”, hvor lokale mødes om fællesskab, samtaler og små oplevelser i hverdagen. ”Jeg er blevet stærkere og tør meget mere. Og mit svenske bliver bedre. Jeg er stolt over, at vi bliver flere og flere i kvindegruppen,” siger hun.

På grund af succesen med kvindegruppen, har Røde Kors-afdelingen nu også etableret en mandegruppe.



**KAROLINE DAHRLING HUGHES, 44 år, bor i Hjørring. Er forfatter, har sit eget bogforlag og arbejder freelance med kommunikation. Udgav i foråret bogen Genbrug og Upcycling. Frivillig Fashion Scout i Røde Kors.**

# KAROLINE GIVER TØJET NYT LIV

Karoline Dahrling Hughes fandt sin vej ind i genbrug som barn. I dag forvandler hun andres frasorterede tekstiler til noget nyt og personligt.

Hun går roligt mellem stativerne i Røde Kors-butikken i Hjørring. Fingrene glider hen over stof, stopper ved et mønster, vender en skjorte, løfter en dug. Men hvad er det, hun ser, som andre ikke ser? Hvordan kan en slidt skjorte eller et gammelt lagen blive til noget nyt - upcycles? Og hvad er det, der gør, at nogle ting fanger hendes blik, mens andre bliver hængende? Karoline Dahrling Hughes leder ikke efter det perfekte stykke tøj. Hun leder efter potentiale.

## “JEG KIGGER EFTER NOGET, DER KAN BLIVE TIL NOGET ANDET”

“Jeg kigger efter noget, der visuelt tiltaler mig. Et fedt print, nogle sjove farver eller et materiale, jeg kan bruge,” forklarer hun, mens hun holder en blomstret bluse op.

For hende er størrelsen ikke afgørende. Tværtimod.

“Nogle gange finder jeg noget, der er for småt. Så tænker jeg, kan jeg gøre det større? Eller kan jeg bruge stoffet til noget andet?”

Karolines måde at se på tingene gør genbrug til noget helt andet end bare shopping. Det bliver en kreativ proces, hvor én ting kan blive til noget nyt.

“Tre skjorter kan blive til en kjole. To slidte sweatshirts kan blive til en ny, fed trøje.” Samtidig er hun bevidst om, at genbrug ikke skal blive en undskyldning for at købe mere.



Genbrugte ternede skjorter er blevet til en kjole.

En sød vest syet af stofsnykker i forskellige mønstre og farver, pyntet med en lille sløjfe og blomstret for



“Man kan nemt komme til at købe alt muligt, bare fordi det er billigt. Men man skal stadig være selektiv og tænke over, hvad man faktisk får brugt.”

### FRA GARDINER TIL GARDEROBE

Karoline Dahrling Hughes blev allerede som 11-årig introduceret til genbrug af en ældre kusine. “Jeg er jo fra den tid, hvor det ikke var fedt at gå i genbrug. Men hun tog mig med, og det blev en måde at få tøj på, hvis man gerne ville skille sig ud.” Kort efter fik hun en symaskine, og genbrug blev en nødvendighed. “Stof var dyrt, så jeg gik i genbrug og fandt gardiner og duge. Det var billige materialer, jeg turde klippe i. Det var faktisk sådan, jeg lærte at sy.” I dag er det stadig den samme tilgang, der driver hende. “Vi behøver ikke købe nyt. Vi kan reparere, ændre og skabe noget andet ud af det, der allerede findes.” Og det behøver ikke være svært at komme i gang med at upcycle. “Det nemmeste er at tage noget, der allerede passer, og så gøre det personligt. Sy nogle patches på, broder lidt eller skift knapperne. Hvis du køber en t-shirt til 30 kroner, så gør det ikke så meget, hvis det går galt. Det vigtigste er bare at starte.” For Karoline handler det ikke kun om tøj, men om identitet. “Jeg har altid noget på, jeg selv har lavet. Ellers synes jeg faktisk, det er lidt kedeligt. Det gør noget for mig at have noget på, jeg selv har lavet.”



En jakke har fået nyt liv med mønstrede stofstykker.

Et hjemmelavet tæppe er upcyclet til en poncho.

**“Jeg har altid noget på, jeg selv har lavet. Ellers synes jeg faktisk, det er lidt kedeligt.”**



# TRE GODE GAVER

Kunsttryk  
"Øvelser i HÅB"  
af Gudrun Hasle.  
599 kr.

Unisex  
T-shirt.  
399 kr.



HUMANITY

Mulepose  
med mening.  
199 kr.



Find mange flere gaveideer, strikkeopskrifter  
og musikquizzes, der støtter hjælpearbejdet på

[www.butik.rodekors.dk](http://www.butik.rodekors.dk)



[rodekors.dk](http://rodekors.dk)

I **PODCASTEN** Bagbutikken besøger journalist Sanne Fahnøe en genbrugsbutik og møder frivillige, eksperter og andre stemmer, der gør os klogere på de udfordringer og muligheder, Røde Kors står overfor. Vi lytter med på det, der tales om i Bagbutikken. Brug QR-koden og hør hele samtalen.



## Donationer til storskrald

Genbrug er populært, og det kan mærkes i Røde Kors' genbrugsbutikker. Flere danskere handler brugt, men den stigende interesse har også skabt nye udfordringer. For hvad sker der, når de bedste varer bliver solgt privat, og genbrugsbutikkerne står tilbage med resten? Og hvordan håndterer man som frivillig, når kunder stjæler fra butikken?

I denne episode af *Bagbutikken* besøger vi Røde Kors-butikken i Bellinge ved Odense. Her er danskernes forhold til genbrug, kvaliteten af donationer og tyveri i butikkerne på dagsordenen i snakken mellem butiksleder og næstformand i, Jan Berthel, butiksleder Birthe Isaksen og donationskonsulent i Røde Kors Pelle Mortensen mødes.

“Der er ikke nogen tvivl om, at folk køber mere genbrug, end de nogensinde har gjort,” siger butiksleder og næstformand i Røde Kors Odense, Jan Berthel.

### JAGTEN PÅ GODE DONATIONER

Men udviklingen betyder også, at konkurrencen om de gode varer er blevet større. Flere sælger i dag deres bedste ting selv via online platforme og markedspladser, før de overvejer at donere resten til Røde kors.

“For mange er vi ikke længere førstvalget, og i nogle tilfælde heller

ikke andet eller tredjevalg,” forklarer donationskonsulent Pelle Mortensen.

I Bellinge mærker de især problemet, når donationerne ikke længere kan sælges i butikken.

“Vi kommer jo til at skulle betale for at komme af med det på genbrugsstationen, når det ikke kan sælges i butikken” fortæller Birthe Isak, butiksleder i Bellinge.

Derfor er sorteringen blevet en vigtig del af arbejdet i baglokalet. Frivillige gennemgår nøje tøj, møbler og isenkram for at sikre, at kunderne stadig møder en butik med kvalitet.

“Vi er jo faktisk en butik, som sælger varer, som folk godt kan lide at komme ind og kigge i,” siger Birthe.

### FRIVILLIGE SKAL IKKE VÆRE BETJENTE

Podcasten kommer også omkring en anden udfordring, som mange butikker oplever: tyveri. Det gælder både donationer, der afleveres, og i





©Johnny Wichmann

### JAN BERTHEL

Butiksleder i Røde Kors Genbrug Bellinge og næstformand i Røde Kors Odense. Drømmer om at kunne gøre mere i forhold til tyveri i butikkerne, måske gennem en fælles kampagne.



©Privat

### BIRTHE ISAK

Butiksleder i Røde Kors Genbrug Bellinge. Arbejder aktivt for at de gode donationer havner i butikken, blandt andet ved at lukke for indlevering udenfor åbningstid.



©Privat

### PELLE MORTENSEN

Datakonsulent i Røde Kors. Deler ud af sin viden om danskernes donationsvaner, og Røde Kors strategi for at få bedre donationer.

butikken. Her er Jan Berthel ikke i tvivl om, hvor grænsen går for de frivilliges ansvar.

“Jeg vil ikke bede de frivillige om at konfrontere potentielle tyve. Når man er et sted frivilligt, skal man ikke være nervøs for den mulige konflikt, der kunne opstå,” fortæller han.

Birthe Isak synes heller ikke at det er de frivilliges ansvar at konfrontere folk der stjæler. Dog tror hun på at synlighed i butikken kan afskrække folk med lange fingre.

”Der skal som minimum være én frivillig i butikken hele tiden, men nogle gange ville jeg ønske at der var to, så besøgende kan se at vi hele tiden er til stede. Måske kan det afskrække dem, der kunne finde på at stjæle,” siger Birthe Isak.

**”For mange er vi ikke førstevalg, og i nogle tilfælde heller ikke andet eller tredjevalg.”**

Pelle Mortensen, donationskonsulent



# NØRKLERIER MAJA STRIKKER FOR AT GIVE NOGET TILBAGE

Maja fik hjælp af Røde Kors, da det var svært at få råd til jul. Det gav hende lyst til at give noget tilbage til andre, og i dag er hun aktivitetsleder for nørklerne i Vojens.



Da Maja Nottelmann blev inviteret på en tur i sommerhus af en veninde, blev det starten på en helt ny hobby. Veninden tog et par strikkepinde og noget hækleudstyr med, og selv om Maja ikke havde de store forventninger, så var hun helt solgt, da de først kom i gang med nørklerne.

Den nyopdagede passion var også en af grundene til, at Maja reagerede på et Facebookopslag fra Røde Kors. Opslaget var fra nørklerne i Vojens, der søgte flere frivillige til deres nørklergruppe.

"Jeg meldte mig, fordi jeg gerne ville give noget tilbage til andre og gøre andre mennesker glade. Og så fordi jeg virkelig godt kan lide at strikke og hækle," siger Maja Nottelmann.

For hende betød det noget særligt, at opslaget var fra Røde Kors. Da Majas tre børn var små, var hun alene, på kontanthjælp og havde svært ved at få råd til jul. Derfor havde hun en række år, hvor hun modtog julehjælp fra Røde Kors i form af det, der i Haderslev bliver kaldt Hjertegaven.

"Jeg fik mad til en hel julemiddag, og det betød virkelig meget. For så var der også penge til at købe nogle lidt bedre julegaver til mine børn," siger Maja, der arbejder i fleksjob i en købmand.

## GRUPPENS GARNEKSPERT

Passionen for håndarbejdet blev kun endnu stærkere, da Maja fik arbejde i en garnbutik. Her fik hun en masse viden og erfaring, som hun i dag bruger, når der skal strikkes og hækles.

Det betyder også, at hun i dag er blevet nørklergruppens garnekspert. Og hun nyder at kunne bruge sin viden til at hjælpe de andre i gruppen med gode råd til, hvilket garn de skal bruge til de enkelte opskrifter. Maja har været nørkler i lidt over halvandet

år nu, og hun nyder både fællesskabet og at bruge sine hænder.

”Jeg synes, det er virkelig hyggeligt at strikke, og det passer godt til mig, da jeg har meget sofaetid på grund af en sygdom. Det er fantastisk at kunne bruge sin hobby til at hjælpe andre. Og så er det afslappende at kunne bruge sine hænder til noget, mens man sidder i sofaen,” siger Maja.

Når Maja og de andre nørklere har produceret noget tøj eller nogle tæpper, så bliver de solgt i den lokale Røde Kors butik. Og der er rift om nørklerierne.

”De trøjer, jeg har strikket, bliver hurtigt solgt. Og jeg har oplevet, at nogle af de tæpper, jeg har lavet,

blev solgt, inden de var pakket ud og lagt frem i butikken. Det er en stor anerkendelse af mit arbejde, at tingene bliver solgt så hurtigt,” siger Maja.

### NY AKTIVITETSLEDER

En stor anerkendelse var det også, da Maja tidligere i år overtog tjansen som frivillig aktivitetsleder for nørklergruppen. Den tidligere aktivitetsleder var kommet op i alderen og ville gerne give stafetten videre. Derfor spurgte hun Maja, om hun ville overtage. Maja peger selv på, at hun blev spurgt, fordi hun er en af de yngre kræfter i gruppen. Hun bliver 50 i år, og de fleste nørklere i Vojens er over 70.

Roller som aktivitetsleder betyder, at Maja er gået i gang med at afsøge, hvordan nørklergruppen kan sælge endnu flere nørklerier, end de gør i dag og på den måde sørge for, at endnu flere mennesker kan få hjælp af Røde Kors.

”Jeg er stadig i proces med at overtage, for jeg begyndte som aktivitetsleder i februar, men jeg er gået i gang med at se på, hvordan vi kan få et endnu bedre samarbejde med butikken. Og så vil jeg gerne kigge på, hvilke varer der bliver solgt og hvilke, der ikke bliver solgt,” fortæller Maja.

De ting, der ikke bliver solgt, bliver givet videre til hjemløse eller andre, der kunne have brug for dem.



**”Jeg meldte mig, fordi jeg gerne ville give noget tilbage til andre og gøre andre mennesker glade.”**

## HÆKLET ENGEL

### Forkortelser

*lm* = luftmaske

*stgm* = stangmaske

*fm* = fastmaske

*km* = kædemaske

### Hoved og vinger

- **4 lm**, samles til en ring med 1 km i første lm.
- **3 lm** (tæller som 1 stgm), hæk 11 stgm i ringen (= 12 stgm i alt). Afslut med km i 3. lm.
- **3 lm + 1 stgm i samme maske**, 2 stgm i samme maske i hver maske hele vejen rundt. (= 24 stgm). Afslut med km.
- **3 lm + 1 stgm i samme maske**, 2

stgm i samme maske hele omgangen rundt.

Afslut med km.

- **4 lm**, spring 1 maske over, 1 stgm i næste maske, 1 lm. Gentag hele vejen rundt. (= 24 "buer"). Afslut med km. Klip garnet. Nu er hoved og vinger lavet.

### Krop

Sæt nyt garn til i en af lm-buerne (ca. "9. hul" → bare vælg en passende bue).

- **3 lm + 1 stgm i samme bue**, 1 lm, 2 stgm i samme bue Spring 1 bue over, 2 stgm, 1 lm, 2 stgm i næste bue

Gentag i alt **4 grupper**

Vend med 3 lm.

I hver lm-bue:

- **2 stgm, 1 lm, 2 stgm** (4 gange) Afslut med 1 stgm i de første lm. Vend med 3 lm. Gentag række 2 én gang til. Vend med 3 lm.
- **1 fm** i lm-buen, 3 lm Gentag, så du har **5 lm-buer**. Afslut med km. Vend arbejdet.
- **1 km** ind i første lm-bue. 3 lm + 4 stgm i første bue (= 5 stgm) Hæk 5 stgm i hver bue hele vejen (5 buer) Klip og hæft ender.

## NYE MATERIALER OM PSYKISK FØRSTEHJÆLP TIL BØRN

På mitrodekors.dk kan du finde tre korte nye animationsfilm med fokus på psykisk førstehjælp til børn. Filmene er udviklet til at give konkrete redskaber og inspiration til, hvordan man bedst møder børn i svære situationer. Animationerne er korte, lette at tilgå og kan bruges som både introduktion og opfriskning af viden.

Filmene fokuserer på børns reaktioner i kriser, pårørendes støtte til børn i kriser og psykisk førstehjælp til børn. Børn reagerer ofte anderledes end voksne i krisesituationer. De kan have svært ved at sætte ord på følelser og være mere afhængige af voksne for bedre at forstå deres reaktioner. Den rette tilgang som frivillig kan være med til at gøre en stor forskel og støtte barnet i en sårbar situation.

De nye film er nu tilgængelige under siden: "Til dig som frivillig krisestøtte" på mitrodekors.dk under videomateriale til børn i kriser. På siden kan du læse mere om at være krisestøtte og finde andet relevant materiale som krisestøtte.

Kom til siden  
ved at scanne  
koden her:



## FØRSTEHJÆLP PÅ FAMILIECAMP

I Røde Kors har vi en ambition om, at alle skal kunne førstehjælp. Også deltagerne i de sociale aktiviteter. Blandt andet derfor blev der givet førstehjælpsundervisning til børn og voksne på årets Familiecamp i påsken. Familiecamp er et tilbud til familier, der allerede er en del af Røde Kors' familieaktiviteter. På familiecamp får familierne inspiration til fællesskab og konfliktløsning, mens der bliver hygget og lavet sjove aktiviteter.

Førstehjælpsundervisningen var praksisnær og inkluderende for forældrene. Mange af deltagerne fortalte om situationer, hvor de har ringet 1-1-2 og om egne eller pårørendes sygdomsforløb. Socialt udsatte eller sårbare er ofte i situationer, hvor førstehjælp kan være nødvendigt.

Instruktøren udviste rumlighed, professionalitet og tog hensyn til individuelle behov, så alle kunne være med på kurset. Deltagerne engagerede sig aktivt, stillede spørgsmål og deltog i øvelser som hjertemasage og stabilt sideleje. Samtidig lærte børnene førstehjælp gennem et udendørs opgaveløb med fokus på grundlæggende handlinger ved ulykker.

Deltagerne oplevede øget viden, større tryghed og mere mod til at handle i akutte situationer. Evalueringskemaer fra tidligere kurser viser også, at deltagerne generelt føler sig mere modige og trygge, samt bedre rustet til at yde førstehjælp efter kurset.

## BEBOERE PÅ ASYL-CENTRE TRÆNES I AT TAGE ORDET

”Dem, vi taler om, skal tale selv.” Det er overskriften på et særligt projektførløb for beboere fra tre asylcentre, der skal give asylansøjerne mod og værktøjer til at tage ordet foran forsamlinger.

Det er Røde Kors og Foreningen Talerskolen Røst, der sammen har udbudt i alt seks workshops, hvor deltagerne får hjælp til alt det, der skal til for at kunne holde en god og fængende tale – lige fra den første idé, til skrivning, sprog, argumentation, stemmeføring og kropssprog. Målet er, at deltagerne vil få oplevelsen af at stå stærkt i deres egen fortælling.

Det var en gruppe meget spændte mennesker, der mødte op til første workshop på Blegdamsvej i København. Fem af de i alt 14 deltagere kommer til at tage turen helt fra Røde Kors' opholdscenter Holmegård på Langeland, tre kommer fra Udrejsecenter Sjølsmark og seks fra Udrejsecenter Avnstrup.

Talerne talte første gang ved en særlig begivenhed i slutningen af maj.

Projektførløbet er finansieret af midler fra Augustinus Fonden.



## FRA BESØGSVEN TIL MANDEKLUB

Da Harry for 14 år siden startede som frivillig på plejehjemmet i Nørre Snede-Ejstrup var det i starten som besøgsven for en beboer. Harry fik dog hurtigt øje på, at der var en del ældre mænd, der sad for sig selv og ikke deltog i fællesskaberne på plejehjemmet. Det besluttede han sig for at gøre noget ved. Som vi i Røde Kors siger; han handlede, hvor han så et behov.

Harry startede en mandeklub op på plejehjemmet, hvor han en gang eller to om ugen samlede de mænd, der havde lyst til at deltage til en snak, et spil kort eller hvad der ellers kunne være af aktiviteter. Men omdrejningspunktet for hans mandeklub blev samtale: Det at have nogen at tale med, som havde interesse i, tid til og frem for alt lyst til at tale sammen.

Siden har det ændret sig. Nu er beboerne oftest ret dårlige og det kræver noget andet at samles og snakke. Harry har højst tre beboere med ad gangen. Så kan alle få deres tid til at tale, og alle kan få en god oplevelse ud af det. De, der deltager nu, er i højere grad ramt af demens, og det kræver sit at holde trit.

Men det gør Harry. Han bliver snart 80 år gammel og har tænkt sig at fortsætte med sine mandegrupper længe endnu.

## NYE REKRUTTERINGS-MATERIALER PÅ MITRODEKORS.DK

Røde Kors i Danmark fylder 150 år, og det bliver fejret. Blandt andet med helt nye materialer, som du kan bruge, når du skal rekruttere nye frivillige. Der er lavet et særligt jubilæumskrydsord med en QR-kode, som potentielt nye frivillige kan scanne og få mere viden om at være frivillige i Røde Kors. Der er en jubilæumsquiz, som din afdeling kan bruge på f.eks. Facebook. Og der er gratis fif til, hvordan du kan få nye frivillige med hjem fra en lokal jubilæumsfejring.

Du finder det hele på [mitrodekors.dk](http://mitrodekors.dk) under Godt at Vide - rekruttering af frivillige.



## FRIVILLIGE FRA LEGO PÅ CENTER SANDHOLM

Det mangeårige samarbejde mellem Røde Kors og LEGO Koncernen udvikler sig konstant og er blevet til andet og mere end donationer og enkeltstående events. Siden foråret 2025 er frivillige fra LEGO begyndt at komme mere jævnligt i Center Sandholms klub, hvor de sidder sammen med klubbens børn og bygger med LEGO klodser. De frivillige medbringer æsker med LEGO-projekter og manualer, der passer til børn mellem 6 og 12 år. Personalet sørger for lidt at drikke og spise, og så går byggeriet ellers i gang.

Ifølge personalet er det en fantastisk aktivitet for de nyankomne flygtningebørn. Der kan være mange svære ting med i bagagen, og nogle har helt glemt, hvordan man leger. Her er LEGO-klodserne med til at hjælpe legelyst og fantasi i gang igen, fordi der følger en nem og overskuelig manual med. Det hjælper legen i gang igen og det gør de tålmodige og imødekomende frivillige fra LEGO også.

TAK til LEGO Koncernen for det gode samarbejde og for de frivilliges indsats. Det gør en stor forskel for børnene.

## AFDELINGER ENIGE OM BEREDSKABS-SAMARBEJDE

Randers, Langå, Thorsø-Ulstrup, Hadsten-Hinnerup, Hammel og Purhus/Spensstrup har underskrevet samarbejdsaftale om beredskab.

Samarbejdet konsoliderer Randers som koordinerende afdeling og har dermed aktivitetsledelsen, men er stærkt flankeret af de andre afdelinger, som blandt andet byder ind med en lokal

beredskabsleder fra afdelingen i Hadsten-Hinnerup til at sikre hurtigt respons i Favrskov kommune også. Der er ligeledes fundet et stærkt Aktivitets- og Beredskabsleder-team i Randers-afdelingen, og der er også indledt dialog med Randers Kommune om samarbejde.

Samarbejdet er ligeværdigt og der vil blive afholdt statusmøder 2 gange årligt, hvor punkter som status, økonomi, rekruttering og kurser i psykisk førstehjælp vil være på dagsordenen.



## TEST DIG SELV

# ER DU EN VASKEÆGTE RØDE KORS-KENDER?

I denne quiz kan du teste din viden om alt fra historiske begivenheder til genbrug, indsamlinger og aktuelle indsatser. Test dig selv - og se, om du er en vaskeægte Røde Kors-kender!



1. Hvilket af følgende principper er ikke et af Røde Kors-principperne?

- A Medmenneskelighed
- B Enhed
- C Engagement

2. Hvornår fandt den første landsdækkende Røde Kors-indsamling sted?

- A 1919
- B 1897
- C 1939

3. Hvor mange produkter solgte de ca. 11.000 frivillige i Røde Kors' genbrugsbutikker tilsammen i 2024?

- A Ca. 3 mio.
- B Ca. 6 mio.
- C Ca. 9 mio.

4. I 1975 havde Røde Kors ca. 120.000 medlemmer. Hvad betalte medlemmerne årligt i kontingent?

- A 5 kr.
- B 20 kr.
- C 100 kr.

5. Hvad hedder aktiviteten, hvor indsatte får støtte de sidste måneder før løsladelse og op til ét år efter - og tilknyttes to mentorer?

- A Parat
- B Primus Motor
- C Besøgstjenesten

6. Hvilken bygning, der tidligere har huset medlemmer af kongehuset, blev under Anden Verdenskrig benyttet som kontor for Røde Kors' hjælp til krigsramte?

- A Sorgenfri Slot
- B Jægerspris Slot
- C Det Gule Palæ

7. I 1994 afholdt Røde Kors et utraditionelt lotteri under Røde Kors-ugen. Lotteriet var udformet som et "ræs". Hvad kunne man købe et nummer på og dermed deltage i?

- A 120.000 gummænd, der dystede i et anderæs
- B 200 galopperende heste i et velgørenhedsløb
- C 50.000 papirfly kastet fra toppen af Rundetårn

8. Under Anden Verdenskrig gennemførte De Hvide Busser en stor redningsaktion, som kørte under dansk og svensk Røde Kors' fane. Hvor mange fanger anslås det, at aktionen reddede fra de tyske koncentrationslejre?

- A Omkring 1.000 fanger
- B Mellem 17.500 og 20.000 fanger
- C Mellem 5.000 og 6.500 fanger

9. Hvilken krig var bagtæppet for oprettelsen af Røde Kors i Danmark?

- A Krigen i 1864
- B Den fransk-tyske krig 1870-71
- C Den russisk-tyrkiske krig 1877-78

10. Hvor mange personer modtog i 2024 langvarig støtte fra frivillige i Røde Kors i Danmark, hvor hjælpen blandt andet omfattede besøg i fængsler, familienetværk og integrationscaféer?

- A Ca. 35.000 personer
- B Ca. 45.000 personer
- C Ca. 55.000 personer

### De rigtige svar:

- |   |     |   |    |   |    |
|---|-----|---|----|---|----|
| C | :01 |   |    |   |    |
| B | :9  | C | :6 | C | :3 |
| B | :8  | B | :5 | A | :2 |
| A | :7  | B | :4 | C | :1 |

