



ÁRSSKÝRSLA 2025



Rauði krossinn
höfuðborgarsvæðinu

EFNISYFIRLIT

Ávarp formanns	3-5
----------------------	-----

Sjálfboðaliðar ársins	6-10
-----------------------------	------

Skaðaminnkun

Frú Ragnheiður	11-16
----------------------	-------

Ylja - Neyslurými	17-20
-------------------------	-------

Sjálfboðaliði í Frú Ragnheiði	21
-------------------------------------	----

Fólk á flóttu

Fólk á flóttu	22-23
---------------------	-------

Viðburðir fyrir fólk á flóttu	24-26
-------------------------------------	-------

Lyklar að íslensku samfélagi	27-28
------------------------------------	-------

InterAct	29
----------------	----

Fjölskyldusameiningar og leitarbeiðnir	30
--	----

Sjálfboðaliði í félagsstarfi	31
------------------------------------	----

Félagsleg verkefni

Félagsleg verkefni Rauða krossins	32-33
---	-------

Eftirfylgd og stuðningur við sjálfboðaliða og gestgjafa	34-35
---	-------

Sýnileiki verkefnis og samstarf	36
---------------------------------------	----

Aðstoð eftir afplánun	37-42
-----------------------------	-------

Kvennadeildin	43-44
---------------------	-------

Föt sem framlag	45
-----------------------	----

Stjórn og starfsfólk	46-48
----------------------------	-------

ÁVARP FORMANNS

Höfuðborgardeildar Rauða krossins

Árið 2025 var annasamt í starfsemi Höfuðborgardeildar Rauða krossins. Eftir sameiningu allra deilda höfuðborgarsvæðisins á árinu á undan tók við það verkefni að sameina deildirnar raunverulega. Ná utan um öll verkefni, koma starfsfólki og sjálfboðaliðum inn í breyttan rekstur að ógleymdum flutningum deildarinnar milli borgarhluta sem hafði að sjálfsögðu töluverð áhrif.

Sameiningin hefur tekist vel. Mikil tækifæri eru í samlegð milli verkefna þó margt af því hafi ekki enn litið dagsins ljós. Það er hins vegar ljóst að það mun gerast í fyllingu tímans. Það hefur sannað sig að öll þjónusta sem deildirnar veittu ná undantekningarlaust yfir íbúa höfuðborgarsvæðisins í heild og óneitanlega bæði hagkvæmara og hnitmiðaðra að vinna verkefnin í sameiningu. Það þarf hins vegar að huga að því, hér eftir sem áður fyrr, að sinna grasrótinni á hverju svæði - og hefur samstarf við sveitarfélögin í afmörkuðum

**Gleðilegt væri að sjá
nánara samstarf við hvert
og eitt sveitarfélaganna í
öllum verkefnum
Höfuðborgardeildar**

verkefnum nú þegar hafist. Gleðilegt væri að sjá
nánara samstarf við hvert og eitt sveitarfélag-
anna í öllum verkefnum Höfuðborgardeildar og
vonandi það sem koma skal í starfi deildarinnar.

Fólk á flótta

Verkefni þeirra sem sinna fólki á flótta breytt-
ust umtalsvert þegar stjórnvöld ákváðu að fram-
lengja ekki samning við Rauða krossinn um þjón-
ustu við þau sem sækja um alþjóðlega vernd. Í
kjölfarið hefur aðaláhersla Höfuðborgardeildar
verið á þeim sem fengið hafa dvalarleyfi hér á
landi eftir umsókn um vernd, þó auðvitað verði
óhjákvæmilega einhver skörun milli hópanna
tveggja - deildinni að sjálfsögðu að meinalausu.
Þessi ákvörðun stjórnvalda var hins vegar töluvert
áfall fyrir starfsemina. Ekki aðeins þar sem fjöldi
starfsfólks innan veggja Rauða krossins hafði
öðlast mikla reynslu við þjónustu við umsækj-
endur um alþjóðlega vernd, sem óneitanlega
krefst lagni og gríðarlegra hæfileika starfsfólks-
ins í mannlegum samskiptum við hóp í einni við-
kvæmustu stöðu sem fyrirfinnst í litrófi manna,
sem og allra þeirra sjálfboðaliða sem sinntu
hópnum, heldur einnig vegna þess hversu óljóst



Fanney Birna Jónsdóttir formaður.



Ávarp formanns, framhald

var hvað tæki við. Dvínandi fjöldi umsókna gefur þó von um að hægt verði að þjónusta þennan viðkvæma hóp með fullnægjandi hætti á öðrum vettvangi. Tíminn einn mun leiða það í ljós.

Starf þeirra sem sinna fólki á flótta hefur engu að síður verið umfangsmikið á árinu. Stórar og miklar breytingar á starfinu þurftu að eiga sér stað hratt og hefur aðlögunarhæfni starfsfólks og sjálfbóðaliða verið stjórn mikill innblástur. Starfsemin hefur blómstrað á árinu með ótrúlegum fjölda viðburða sem jafn ótrúlegur fjöldi einstaklinga hefur sótt. Verkefni á borð við Keys to society og InterACT hafa heldur betur sannað sig sem hryggjarstykki í starfsemi verkefnisins og komin til að vera.

Vinaverkefnin (félagsleg verkefni)

Félagslegu verkefni deildarinnar héldu öll áfram, og stækkuðu á árinu. Heimsóknarvinir, hundavinir, símavinir, gönguvinir og tónlistarvinir eru allt verkefni sem eru nú starfandi og bæði fjöldi umsækjenda og sjálfbóðaliða heldur áfram að stækka. Ljóst er að þörfin er umtalsverð og síst af öllu fyrirsjáanlegt að hún muni fara minnkandi. Hefur starfsfólki félagslegu verkefnanna tekist með aðdáunarverðum hætti að virkja sjálfbóðaliða til þátttöku í utanumhaldi og rekstri verkefnisins - nokkuð sem væri jákvætt og þarft að sjá í fleiri verkefnum til framtíðar.

Aðstoð eftir afplánun

Verkefnið aðstoð eftir afplánun heldur áfram á sínum trausta grunni með gildi Rauða krossins um mannlega reisn og félagslega þátttöku í fyrir-rúmi. Óumdeilt er að þörfin er til staðar og hefur þverfagleg samvinna við aðra aðila sem koma að sambærilegum störfum í kerfinu skilað árangri. Aftur, og ekki í síðasta sinn í þessari skýrslu, er um að ræða einn viðkvæmasta hóp samfélagsins þar sem til mikils er að vinna að skila góðu verki og aðstoða fólk við að komast aftur út í lífið.

Ýmis verkefni voru prófuð með góðum árangri, til að mynda hundavinaheimsóknir í fangelsin sem og konukvöld. Verkefnastjórum ber að þakka sífellda hugmyndavinnu við að endurhugsa erindi verkefnisins og prófa sig áfram í því hvað virkar og hvað ekki við að létta undir með þessum hópi, ávinna traust hans og reyna þannig að uppfylla væntingar sem gerðar eru til verkefnisins.

Skaðaminnkunarverkefni

Höfuðborgardeild rekur skaðaminnkunarverkefnin Frú Ragnheiði og neyslurýmið Ylju. Ylja fagnaði ársafmæli í rekstri á þeim stað sem hún er núna, í gámahúsnæði. Það varð ljóst nokkurn veginn frá fyrsta degi hversu mikil þörf var fyrir úrræðið. Heimsóknarfjöldinn hefur verið gríðarlegur og starfsfólk þurft að læra hratt og endurmeta verklag og ferla. Sá lærdómur mun halda áfram á yfirstandandi starfsári. Ljóst er að húsnæðismálin eru bæði ótrygg og að mörgu leyti óboðleg þrátt fyrir að þau séu umtalsvert betri en var í færanlega bílnum sem áður var. Samstarf við Landspítala innan veggja Ylju hefur reynst bæði farsælt fyrir báða aðila sem og nauðsynlegt. Óskandi er að það haldi áfram að dafna. Finna þarf út úr framtíðarhúsnæði fyrir Ylju strax á vormánuðum, en staðsetningin er sem áður segir ótrygg og engin lausn í sjónmáli. Faglegast væri ef hægt væri að deila því með skaðaminnkandi systurverkefninu Frú Ragnheiði og reyna þannig að finna samlegð í verkefnunum tveimur. Þrátt fyrir að Ylja bættist við flórana í þjónustu við þennan hóp, einstaklinga sem nota fíkniefni í æð eða með öðrum hætti, fækkaði heimsóknum í Frú Ragnheiði ekki á árinu. Þörfin heldur áfram að vera stöðug og starfsfólk og allur sá gríðarlegi fjöldi sjálfbóðaliða sem stendur vaktina, við þennan jaðarsetta og viðkvæma hóp, sex daga vikunnar, allan ársins hring, eiga allar þakkir skyldar.



Ávarp formanns, framhald

Önnur verkefni deildarinnar

Kvennadeild Reykjavíkurdeildar Rauða krossins fagnar á yfirstandandi ári 60 ára afmæli. Þar er um að ræða hæglátari störf en að framan greinir, en síst af öllu lítilvægari. Sjálfboðaliðar sinna öllum störfum verkefnisins og eru söguleg fyrirmynd hugsjónar Rauða krossins í hnotskurn. Sama á við um verkefnið Föt sem framlag, eða þrjónaklúbbinn í Mosfellsbæ, sem sinnir mikilvægri fjáröflun, sem og félagslegu hlutverki. Stjórn Höfuðborgardeildar hefur lítil afskipti af þessum verkefnum en sendir sínar einlægustu þakkir.

Verkefnin framundan

Finna þarf leiðir til að meta með mælanlegum hætti hagræn áhrif verkefna deildarinnar. Finna þarf sjálfboðaliða, nema eða aðra til að leggjast í þá miklu vinnu sem þarf til að finna og greina þau gögn sem eru til staðar víða í samfélaginu um allt það samfélagslega hagræði sem felst í vinnu verkefna Höfuðborgardeildar Rauða krossins. Slíkt myndi hjálpa til við talsmannahlutverk stjórnar, ætti að geta styrkt fjárhagslegan grundvöll verkefnanna með því að sýna fram á að oft og tíðum kostar að spara fyrir samfélagið í heild.

Verkefni Höfuðborgardeildarinnar til framtíðar eru sem áður að tryggja fjárhagslegan grundvöll allra verkefna. Efla þarf fjáröflun til muna svo verkefnin standi undir sér hvert og eitt og deildin þurfi ekki að ganga á þá fjármuni sem safnast hafa eftir sölu fasteigna sem voru í eigu deildanna sem nú hafa sameinast. Þeim fjármunum væri að mati formanns betur varið við að tryggja verkefnum eins og skaðaminnkandi verkefnunum og/eða öðrum viðunandi húsnæði til framtíðar. Það verður verkefni nýrrar stjórnar að takast á við að leysa það fyrirsjáanlega vandamál. Verk-

efnastaðan er sem áður fyrr ekki sjálfbær til lengri tíma og nauðsynlegt að endurskipuleggja reksturinn allan vitandi það að sjóðir deildarinnar eru ekki botnlausir. Sú endurskipulagning er því óhjákvæmileg fyrr en síðar.

Lokaorð

Eins og sjá má hafa verkefni Höfuðborgardeildar verið afar fjölbreytt, krefjandi en gefandi.

Stjórn þakkar einlæglega öllum þeim fjölda sjálfboðaliða sem starfa fyrir verkefni deildarinnar. Hvert og eitt þeirra með hugmyndafræði Rauða krossins að leiðarljósi, mannúðina. Án sjálfboðaliðanna væru störf deildarinnar ekki möguleg. Starfsfólki deildarinnar ber einnig að þakka fyrir þeirra störf á krefjandi ári. Við höfum kynnst fagmennsku þeirra, brennandi áhuga og ástríðu og vonumst eftir að vera áfram jafn heppin með starfsfólki. Þá þakkar stjórn öllum styrktaraðilum, fyrirtækjum, einstaklingum sem og þeim opinberu aðilum sem koma að fjármögnun eða aðstoð við verkefnin.

Stórar og mögulega erfiðar ákvarðanir eru framundan hjá stjórn Höfuðborgardeildar Rauða krossins. Fráfarandi formaður óskar þeirri stjórn sem tekur við keflinu velfarnaðar í sínum störfum.

Það eru verkefnin og skjólstæðingar þeirra sem þetta snýst allt um. Sameiginleg markmið okkar eru mikilvægust og þau eru óbreytt frá fyrra ári og árum: að bera virðingu fyrir mannlegri reisn, að hjálpa fólki í neyð, að styrkja notendur þjónustu okkar til að þeir geti dafnað, að draga úr jaðarsetningu og efla mannúðina alls staðar í samfélaginu.

SJÁLFBODALIÐAR ÁRSINS

Sjálfbodaliðar Rauða krossins á höfuðborgar-svæðinu báru hitann og þungann af starfi deildarinnar sem fyrr á árinu. Sjálfbodaliðar starfa í öllum verkefnum deildarinnar, alla daga ársins, allt árið um kring. Verkefnin eru ólík og innan verkefnanna finnast fjölbreytt hlutverk fyrir sjálfbodaliða.

Markmið verkefna sjálfbodaliða er að vinna að stefnu Rauða krossins á Íslandi og hreyfingarinnar með grunngildin, m.a. mannúð, hlutleysi og óhlutdrægni, að leiðarljósi. Jafnframt er lögð áhersla á að finna sjálfbodaliðum viðeigandi hlutverk þar sem þeir geta nýtt sína þekkingu og reynslu til góða.

Öryggi sjálfbodaliða og skjólstæðinga er mikilvægt, og því var lögð sérstök áhersla á að bjóða upp á góða og viðeigandi fræðslu til að undirbúa sjálfbodaliða sem best fyrir verkefni sín. Sérstakur kraftur var settur í að bjóða öllum sjálfbodaliðum upp á námskeið í sálrænni fyrstu hjálpi, á fjölbreyttum tíma og á fleiri tungumálum.

Kraftur deildarinnar liggur í fjölbreyttum sjálfbodaliðahópi. Það er mikilvægt að hópurinn endurspegli samfélagsgerðina og það er mikilvægt að öll hafi greiðan aðgang að sjálfbodastörfum og geti lagt sitt af mörkum til samfélagsins. Sjálfbodastörf geta verið valdeflandi og verið sniðug leið til að kynnast manneskjum, aðstæðum og reynsluheimi sem fólk þekkti ekki áður.

Það býr mikil seigla í skjólstæðingum Frú Ragnheiðar

Anika Noack er einn af þremur sjálfbodaliðum ársins hjá Höfuðborgardeild Rauða krossins. „Framlag Aniku einkennist af fagmennsku, ábyrgð og óeigingirni,“ segir í rökstuðningi deildarinnar. „Hjartað mitt hefur stækkað margfalt síðan ég byrjaði í Frú Ragnheiði,“ segir Anika.

„Það var mikilvægt fyrir mig að átta mig á því hvað býr mikil seigla í einstaklingum með vímuefnavanda. Ég hugsa oft: „Vá, hvað þau eru sterk. Þau finna bjargráð við öllu.“

Þannig lýsir ljósmóðirin og hjúkrunarfræðingurinn Anika Noack því sem mest hefur komið henni



Anika Noack sjálfbodaliði.



Sjálfbóðaliðar ársins, framhald

á óvart við sjálfbóðaliðastörf sín í Frú Ragnheiði. Anika var valin einn af sjálfbóðaliðum ársins hjá Höfuðborgardeild Rauða krossins nýverið. Í rökstuðningi deildarinnar segir að Anika sé ómetanlegur sjálfbóðaliði og að framlag hennar ein-kennist af fagmennsku, ábyrgð og óeigingirni. Hún búi yfir víðtækri þekkingu á skaðaminnkun og heilsuvernd og sé mikilvægur hlekkur í sjálfbóðaliðahópnum, ekki síst þegar komi að þróun og umbótum þjónustunnar sem veitt er í Frú Ragnheiði.

„Þau hafa kennt mér mjög margt,“ heldur Anika áfram um fólkið sem nýtir sér skaðaminnkandi þjónustu Frú Ragnheiðar. „Það er ekki þannig að ég sé að gefa meira af mér en ég fæ til baka, bara alls ekki.“

Anika er fædd í Hamborg í Þýskalandi en hefur búið á Íslandi í mörg ár, nú í vesturbæ Reykjavíkur. Hún starfar sem ljósmóðir hjá meðgöngu-vernd Heilsugæslunnar í Efra-Breiðholti og einnig í hlutastarfi sem hjúkrunarfræðingur í Konukoti, úrræði sem Rauði krossinn stofnaði á sínum tíma en er nú rekið af Rótinni.

Hún gerðist sjálfbóðaliði hjá Rauða krossinum árið 2022, fyrst í verkefni sem kallast Aðstoð eftir afplánun en frá árinu 2023 hefur hún starfað í Frú Ragnheiði.

Þjónusta Frú Ragnheiðar er veitt í sérútbúnum bíl sem ekið er um höfuðborgarsvæðið. Boðið er upp á nálaskiptaþjónustu, heilbrigðisþjónustu og sálrænan stuðning og ráðgjöf. Í bílnum geta skjólstæðingar einnig fengið hlý föt og næringu.

Sjálfbóðastarfið kallaði á hana

Anika á erfitt með að lýsa því í fáum orðum hvers vegna hún ákvað að gerast sjálfbóðaliði. „Það

kallaði einhvern veginn á mig,“ segir hún. „Sem hjúkrunarnemi var ég í verknámi á bráðadeild geð- og fíknisjúkdóma. Það kveikti eitthvað í mér og mig langaði að kynnst þessum málaflokki betur og gefa af mér það sem ég get.“

Áður en hún hóf sjálfbóðastarfið fór hún á undirbúningsnámskeið og tók einnig námskeið í skyndihjálp og sálrænni skyndihjálp. Að auki fór hún á samskiptanámskeið sem hún telur hafa gagnast sér sérstaklega vel. „Að læra að hlusta virkilega á fólk án þess að dæma er undirstöðuatriði í því að vera sjálfbóðaliði í Frú Ragnheiði.“

Mikil hlegið og spjallað

Starf Aniku í Frú Ragnheiði er fjölbreytt. Hún sér t.d. um að skipta um umbúðir á sárum, sauma sár og taka lífsmörk. Einnig felur starfið í sér að veita skjólstæðingum sálrænan stuðning, að benda þeim á stuðningsúrræði sem eru í boði, veita skaðaminnkandi fræðslu og afhenda búað. „En svo er líka mikið hlegið saman og spjallað,“ segir hún.

Á hverri einustu vakt í Frú Ragnheiði segist hún læra eitthvað nýtt. „Það mikilvægasta sem ég hef lært er hversu dýrmætt er að mæta einstaklingum þar sem þeir eru staddir. Það er eina vitið.“

Hún hefur fengið miklu meira út úr starfinu en hún átti von á. „Hjartað mitt hefur stækkað margfalt síðan ég byrjaði í Frú Ragnheiði. Ég er fyrst og fremst þakklát fyrir traustið sem skjólstæðingarnir sýna mér.“

Stjórn Höfuðborgardeildar Rauða krossins þakkar Aniku heilshugar fyrir dýrmætt starf og það framlag sem hún hefur lagt í Frú Ragnheiði.



Sjálfboðaliðar ársins, framhald

Lífið er of stutt til að láta góða hluti bíða

„Þakklætið sem ég finn fyrir hjá mínum skjólstæðingi hefur komið mér ánægjulega á óvart,“ segir Halldóra Kristín Guðjónsdóttir, sem var valin einn af sjálfboðaliðum ársins hjá Höfuðborgardeild Rauða krossins. „Hún hefur sinnt sjálfboðaliðastarfi sínu af mikilli alúð og er afar natin, samviskusöm og ábyrg í öllum sínum verkum,“ segir í rökstuðningi deildarinnar.

„Ég hef alltaf haft gaman af mannlegum samskiptum og félagsskap,“ segir Halldóra Kristín Guðjónsdóttir sem valin var einn af sjálfboðaliðum ársins hjá Höfuðborgardeild Rauða krossins. „Lengi var ég með það bak við eyrað að gerast sjálfboðaliði en var, eins og sagt er, á hjóli lífsins, og gerði ekkert í því. Leyfði lífinu bara að fljóta áfram. Árið 2020 varð ég fyrir því áfalli að missa son minn. Í kjölfarið fór ég að hugsa um hversu lífið er stutt. Það er of stutt til að láta góða hluti bíða. Og þá ákvað ég að láta verða af því að gerast sjálfboðaliði.“

Halldóra, sem er sjálfboðaliði í vinaverkefnum Rauða krossins, er „natin, hlýleg og afar þolinmód manneskja sem er mikill styrkur fyrir starfið og skilur eftir sig jákvæð áhrif,“ segir m.a. í rökstuðningi stjórnar höfuðborgardeildar fyrir valinu. Hún sinnir verkefnum sínum af fagmennsku, umhyggju og mikilli alúð.

Halldóra er Reykvíkingur í húð og hár. Hún er viðskiptafræðingur að mennt og rekur fyrirtæki sem sér um bókhald og uppgjör fyrirtækja. Fyrir nokkrum árum bætti hún við sig menntun og lauk diplómanámi í sálsgæslu frá Endurmenntun Háskóla Íslands. „Þetta nám er tær snilld,“ segir hún. Námið hafi nýst henni vel í bæði leik og starfi, hafi dýpkað skilning hennar á mannlegum



Halldóra Kristín Guðjónsdóttir sjálfboðaliði.

samskiptum og áhrifum áfalla og úrvinnslu þeirra. „Námið efldi mig og ýtti mér formlega af stað í sjálfboðaliðastörfin.“

Vorið 2022 sótti Halldóra um að verða sjálfboðaliði hjá Rauða krossinum. „Mig langaði að styðja við einstaklinga sem eru einmana,“ segir hún. „Mér er hugleikinn sá einmanaleiki sem er í samfélaginu okkar og þau áhrif sem hann hefur á heilsu okkar, bæði andlega og líkamlega. Mig langaði að sjá hvort ég gæti unnið gegn félagslegri einangrun, þótt ekki væri nema hjá einni manneskju og þannig bætt líf hennar lítillega.“

Segja má að það markmið Halldóru hafi svo sannarlega tekist. „Hún ber hag gestgjafa síns fyrir brjosti og sýnir ávallt hlýju, virðingu og einlægan áhuga á velferð hans,“ segir m.a. í rökstuðningi stjórnar Höfuðborgardeildar fyrir því að velja Halldóru í hóp sjálfboðaliða ársins. „Sam-



Sjálfbóðaliðar ársins, framhald

skipti hennar við gestgjafann eru til fyrirmyndar og bera vott um traust, þolinmæði og mannlegan skilning.“

Í vinaverkefnum Rauða krossins hittast sjálfbóðaliði og gestgjafi, þ.e. manneskja sem óskað hefur eftir félagslegum stuðningi. Halldóra hittir sinn gestgjafa vikulega í um tvær klukkustundir í senn. „Það er fastur liður hjá okkur að fara á kaffihús,“ segir Halldóra. Þær hlusti einnig mikið á tónlist og skoði saman ljósmyndir á netinu, svo eitthvað sé nefnt. „Svo spjöllum við um hvað á daga hennar hefur drifið.“

Gestgjafinn hafi kynnt Halldóru fyrir margs konar tónlist, bæði erlendri og innlendri og þannig víkkað sjóndeildarhring hennar. „Ég hef lært heilmargt af henni. Hún hefur marga dásamlega eiginleika og talar til dæmis ekki illa um nokkurn

mann. Það er eitthvað sem við getum öll tekið okkur til fyrirmyndar.“

Halldóra segist hafa hafið sjálfbóðaliðastarfið með þær væntingar að láta gott af sér leiða og „þannig leggja eitthvað til samfélagsins,“ líkt og hún orðar það. En það hefur líka ýmislegt komið henni á óvart. „Þakklætið sem ég finn fyrir hjá mínum skjólstæðingi hefur komið mér ánægjulega á óvart en líka hvað það þarf lítið til að gleðja aðra og létta þeim lífið þótt ekki sé nema í stutta stund.

Sjálfbóðaliðastörfin hafa fært mér góða vináttu en einnig hafa þau eftig mig félagslega, aukið mér sjálfstraust og kennt mér þakklæti. Ég mæli sannarlega með því að fólk gerist sjálfbóðaliðar hjá Rauða krossinum. Þetta er mjög gefandi starf sem eflir sjálfsmynd og vellíðan.“

Að upplifa þakklætið gefur svo gott í hjartað

Framlag Sigríðar Birnu Sigvaldadóttur til verkefna Rauða krossins með fólki í afplánun „hefur skilað sér í raunverulegri breytingu fyrir marga,“ segir í rökstuðningi stjórnar Höfuðborgardeildar Rauða krossins sem hefur valið hana einn af sjálfbóðaliðum ársins. „Það er gott að geta haft jákvæð áhrif á líf annarra,“ segir Sigríður.

„Ég er ekki vön að mikla hluti mikið fyrir mér heldur bara stökkva af stað og prófa,“ segir Sigríður Birna Sigvaldadóttir, félags- og afbrotatræðingur, um aðdragandann að því að gerast sjálfbóðaliði hjá Rauða krossinum. Verkefnið Aðstoð eftir afplánun og Konukvöld í fangelsinu á Hólmsheiði hafa fengið að njóta krafta hennar undanfarin



Sigríður Birna Sigvaldadóttir sjálfbóðaliði.



Sjálfbóðaliðar ársins, framhald

misseri svo eftir hefur verið tekið. Stjórn Höfuðborgardeildar Rauða krossins valdi nýverið Sigríði Birnu sem einn af sjálfbóðaliðum ársins. „Sigga okkar hefur ávallt sýnt óbilandi áhuga á velferð og réttindum þátttakenda og lifir sannarlega eftir þeim gildum sem við viljum að einkenni starfið okkar,“ segir í rökstuðningi fyrir valinu. „Hennar framlag hefur skilað sér í raunverulegri breytingu fyrir marga.“

Þegar Sigríður hóf sjálfbóðaliðastörfin árið 2019 segist hún hafa átt von á að þau yrðu krefjandi, sem þau geta vissulega verið, „en þetta gaf mér strax meira en mig hefði grunað,“ segir hún. „Það sem kom mér helst á óvart var að sjá árangurinn um leið og verkefnið Konukvöld hófst. Það var svo mikil gleði með verkefnið og við sáum hvað allir ljómuðu eftir kvöldin. Að sjá hversu mikil áhrif svona framlag getur haft er ótrúlegt.“

Frábært tækifæri til að kynnst ólíku fólki

Reykvíkingurinn Sigríður Birna er með meistara-gráðu í félags- og afbrotatræði og starfar sem forstöðumaður í búsetuúrræði fyrir fatlaða. Í náminu heyrði hún af Rauða kross-verkefninu Aðstoð eftir afplánun og fannst það virkilega áhugavert. Hún þurfti hins vegar að bíða með að komast að sem sjálfbóðaliði þar sem hún var ekki orðin 25 ára en í þessu tiltekna verkefni verða sjálfbóðaliðar að hafa náð þeim aldri. „En um leið og ég varð 25 þá skráði ég mig,“ segir hún. Á þessum tíma var mikið verið að ræða hvers konar uppbygging þyrfti að eiga sér stað í fangelsiskerfinu „og hvað þessi jaðarsetti hópur hefði verið afskiptalaus í samfélaginu,“ rifjar hún upp. „Mér fannst þetta frábært tækifæri til að vera partur af jákvæðri uppbyggingu, kynnst fólki með ólíkan bakgrunn og að geta látið gott af mér leiða.“

Sigríður Birna hafði ekki starfað lengi sem sjálfbóðaliði er hún ásamt fleirum fór að huga að verkefnum fyrir konur í afplánun sérstaklega. Eftir

töluverðan undirbúning sem Sigríður tók þátt í var árið 2024 farið af stað með Konukvöld á Hólmsheiði. Markmið verkefnisins er að styðja konurnar sem þar afplána dóma, auka virkni þeirra og styrkja félagsleg tengsl. Á hverjum þriðjudegi fara tveir sjálfbóðaliðar í fangelsið og hitta konurnar sem það kjósa. Dagskrá kvöldanna er búin til í samráði við þær og að sögn Sigríðar er reynt að hafa hana fjölbreytta. Langvinsælust eru þó dekurkvöldin, þar sem konurnar setja á sig maska, snyrta neglur og þar fram eftir götunum. „Við erum líka sálfélagslegur stuðningur fyrir þær og erum alltaf til staðar til að hlusta á þær.“

Eykur skilning og samkennd

Að vera sjálfbóðaliði hefur verið gagnlegt og gefandi að sögn Sigríðar Birnu, bæði faglega og persónulega. „Það er svo gott að gefa af sér og að leggja sitt af mörkum til þess að hafa jákvæð áhrif á líf fólks,“ segir hún. „Að sjá svona flottan árangur af verkefninu og að upplifa þakklætið svo sterkt frá konunum gefur svo gott í hjartað. Ég er búin að öðlast mikla reynslu í gegnum þessi ár sem hefur mótað mig sem einstakling. Aðalmarkmiðið er samt alltaf að þetta sé að gefa þeim sem þiggja þjónustuna mikið og sé að bæta líf þeirra til hins betra, það gefur mér mest.“

Hún mælir með því að gerast sjálfbóðaliði hjá Rauða krossinum. „Sjálfbóðaliðastarfið styrkir mann í samskiptum og samvinnu og er lærdómsrík reynsla. Ég segi oft að allir ættu að sinna svona störfum þar sem þetta eykur samkennd og skilning á ólíkum hópum samfélagsins sem er nákvæmlega það sem samfélagið okkar þarf. Að sinna sjálfbóðaliðastarfi sýnir að maður hafi áhuga á samfélaginu og vilji láta gott af sér leiða án þess að hugsa einungis um eigin ávinning. Sjálfbóðaliðar kynnst mörgu ólíku fólki sem kennir manni svo margt. Það er einnig haldið mjög vel utan um mann hjá Rauða krossinum og fær maður alltaf stuðning og pepp þegar þörf er á.“

SKAÐAMINNKUN

Rauði krossinn hefur um árabil verið brautryðjandi í skaðaminnkandi þjónustu á Íslandi þar sem mannréttindi, virðing og mannúð eru leiðarljós. Verkefnin Frú Ragnheiður og Ylja hafa skaðaminnkandi hugmyndafræði að leiðarljósi og hafa það markmið að tryggja fólki sem notar vímuefni aðgang að mannúðlegri, lágþröskulda og lífsbjargandi þjónustu. Í báðum verkefnunum er lögð áhersla á að skapa öruggt, hlýtt og fordómalaust rými þar sem fólk getur staldrað við, rætt aðstæður sínar og fengið stuðning. Verkefnið byggir á virku samráði við notendur, reynsla þeirra mótar starfsemina, verkferla og forgangsöðun. Þetta tryggir að þjónustan sé raunverulega í takti við þarfir fólks.

Frú Ragnheiður

Frú Ragnheiður er einstakt úrræði á landsvísu þar sem þjónustan fer beint út á vettvang og mætir fólki þar sem það er statt, án skilyrða, biðlista eða kostnaðar.

Vettvangur, traust og aðgengi

Kjarni verkefnisins er vettvangsstarf. Sjálfbóðaliðar eru á ferðinni alla daga ársins nema laugar-daga og veita þjónustu í nærumhverfi einstaklinga.

Margir þeirra sem nýta sér Frú Ragnheiði lýsa reynslu af fordómum, skilyrðum og vantrausti í hefðbundinni heilbrigðis- og félagsþjónustu. Verkefnið gegnir því mikilvægu hlutverki sem aðgengilegur og öruggur tengipunktur inn í þjónustukerfið, þar sem einstaklingar geta leitað stuðnings í traustu og fordómalausum umhverfi.

Á árinu 2025 féllu átta vaktir niður vegna forfalla en lögð var áhersla á uppbyggingu og eflingu



Starfsfólk í Frú Ragnheiði.

sjálfbóðaliðahóps Frú Ragnheiðar með markvissri nýliðun og áherslu á utanumhald. Áhersla var lögð á viðeigandi þjálfun sjálfbóðaliða til að styrkja samfellu þjónustunnar með því markmiði að tryggja að vaktir falli aðeins niður í algjörum undantekningartilvikum.

Vonin er að Frú Ragnheiður dragi fólk nær þjónustu og öryggi.



Skaðaminnkun, framhald



102

NALOXONE NEFÚÐAR AFHENTIR (FRÆÐSLA Í 85% TILFELLA)

Markmið þjónustu Frú Ragnheiðar er að draga úr skaða sem tengist notkun vímuefna og félagslegri jaðarsetningu, með sérstakri áherslu á heilsu, öryggi og mannréttindi einstaklinga. Með nálaskiptaþjónustu, lágþröskulda heilbrigðisþjónustu og skaðaminnkandi samtali er unnið að því að draga úr útbreiðslu sýkinga á borð við lífrarbólgu C og HIV meðal einstaklinga sem nota vímuefni í æð. Jafnframt er lögð rík áhersla á að fyrirbyggja dauðsföll af völdum ofskömmtnar vímuefna með dreifingu Naloxone nefúða og fræðslu um rétta notkun.

Þjónustun árið 2025

Á árinu 2025 leituðu í bílinn 662 einstaklingar í samtals 5.342 heimsóknum. Þessum tölum svipa til talna frá því í fyrra. Eins og síðustu ár hefur stefnan verið þegar álag er mikið að forgangs-



5342

HEIMSÓKNIR Í BÍLINN

raða þannig að heilbrigðis- og skaðaminnkandi þjónusta er í forgangi. Árið 2025 var 176 samtölum forgangsraðað frá vegna álags eða einungis var verið að biðja um næringu.

Með sálfélagslegum stuðningi og öruggu rými til samtals er leitast við að styðja við bætta andlega og líkamlega heilsu einstaklinga og skapa vettvang þar sem fólk getur rætt aðstæður sínar og fengið aðstoð án fordóma. Fyrir einstaklinga sem eru heimilislausir eða í ótryggri stöðu gegnir Frú



662

EINSTAKLINGAR NÝTTU SÉR FRÚ RAGNHEIÐI

ÞJÓNUSTAN FELUR MEÐAL ANNARS Í SÉR:



Hreinan búnað til öruggari neyslu vímuefna

Lágþröskulda heilbrigðisþjónustu á vettvangi

Sálfélagslegan stuðning og samtal um öruggari vímuefnanotkun

Efnagreiningu í samstarfi við Rannsóknastofu í lyfja- og eiturefnafræði (RLE)

Dreifingu Naloxone nefúða og fræðsla

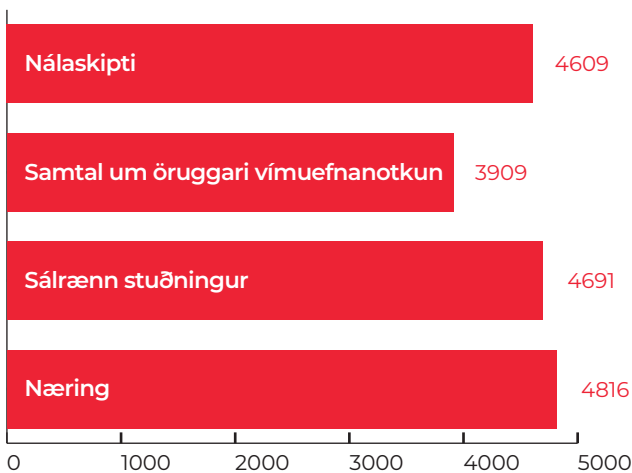
Næringu og hlýjan fatnað



Skaðaminnkun, framhald

Ragnheiður mikilvægu hlutverki í að lágmarka þá áhættu sem fylgir ótryggum aðstæðum og að vera utan hefðbundinna þjónustukerfa.

Þjónusta í heimsóknnum



Reynsla verkefnisins sýnir jafnframt að margar konur sem nýta sér þjónustu Frú Ragnheiðar falla oft utan hefðbundinna kerfa, upplifa margvíslegt ofbeldi og eiga oft erfitt með eða forðast að leita sér heilbrigðis- og félagsþjónustu, meðal annars vegna tilfinningar um skömm, fordóma eða fyrri neikvæðrar reynslu. Verkefnið gegnir því mikilvægu hlutverki í að tryggja aðgengilega og örugga tengingu við konur sem hafa takmarkað traust á eða aðgengi að hefðbundnum úrræðum. Konur leita frekar í þjónustu sem er fordómalaus, örugg og veitt á þeirra eigin forsendum.

„Frúin hefur bjargað lífi mínu margsinnis“

Tilvitnun í skjólstæðing Frú Ragnheiðar

Áherslur 2025

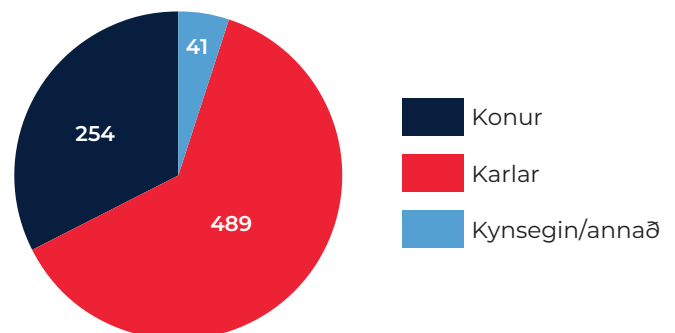
Á árinu 2025 var áfram sérstök áhersla á stuðning við:

- Ungmenni 18–25 ára
- Konur í viðkvæmri stöðu

Á árinu 2025 var áfram lögð sérstök áhersla á stuðning við ungmenni á aldrinum 18–25 ára. Þessi hópur stendur oft á mótum barnaverndar og almennrar þjónustu fyrir fullorðna einstaklinga og því hætta á rofi í þjónustu, skertu aðgengi að úrræðum og aukinni áhættu á félagslegri einangrun, heilsufarsvanda og auknum skaða tengdum vímuefnum. Snemmtækur, aðgengilegur og traustur stuðningur er því lykilatriði til að draga úr langvarandi skaða og styðja við jákvæða þróun í lífi ungmenna.

Fyrir marga er Frú Ragnheiður fyrsta trausta snertingin þar sem hægt er að fá stuðning og leita ráða, staður þar sem hægt er að tala opin-skátt um líðan, heilsu og aðstæður án þess að vera dæmd/ur.

Kynjaskipting





Skaðaminnkun, framhald

Mikilvægi góðs samstarfs

Frú Ragnheiður hóf dýrmætt samstarf við Rannsóknastofu í lyfja- og eiturefnafræði (RLE) og er þetta mikilvægur samstarfsaðili í skaðaminnkandi starfi verkefnisins. Samstarfið gerir notendum kleift að láta efnagreina vímuefnin sín þegar upp koma áhyggjur af innihaldi, útliti eða áhrifum sem eru frábrugðin því sem þeir eiga að venjast. Markmiðið er að auka öryggi, styðja við upplýsta og ábyrgari notkun og draga úr hættu á alvarlegum skaða eða dauðsföllum.

Með því að greina raunverulegt innihald efna sem eru í umferð skapast tækifæri til að bregðast fyrir við aukinni áhættu, vara við sérstaklega hættulegum efnum og efla skaðaminnkandi fræðslu og ráðgjöf til notenda. Þetta samstarf er stórt og mikilvægt skref í skaðaminnkandi starfi og styður við markmið verkefnisins um að verja líf og heilsu einstaklinga.

Frá því samstarfið hófst í ágúst 2025 hafa tæplega 20 sýni verið send til greiningar hjá RLE. Frú Ragnheiður er afar ánægð með samstarfið og telur það styrkja verkefnið til muna, bæði hvað varðar öryggi notenda og faglega þróun þjónustunnar. Vonin er að þetta mikilvæga samstarf haldi áfram og styrkist enn frekar til framtíðar.

Örugg förgun

Örugg förgun á notuðum sprautubúnaði er mikilvægur hluti af samfélagslegri skaðaminnkun. Frú Ragnheiður stuðlar að öruggri förgun notaðs búnaðar og ábyrgari notkun vímuefna, sem hefur bæði einstaklingsbundinn og samfélagslegan ávinning. Á árinu 2025 fargaði Frú Ragnheiður

„Það fallega við þessa þjónustu er að það er alltaf öruggt rými fyrir spjall“

Tilvitnun í skjólstæðing Frú Ragnheiðar

4.989 lítrum af notuðum búnaði sem er aukning frá fyrra ári. Ástæða þess gæti verið sú að vinna hefur verið sett í að auglýsa að Frú Ragnheiður taki við notuðum búnaði og fargi honum á öruggan hátt.



Förgun.



Skaðaminnkun, framhald

Heilbrigðisþjónusta og samstarf við Landspítala

Hluti þjónustuþega leitar einnig til Frú Ragnheiðar á daginn og fær þá tilvísun og/eða fylgd á göngudeild smitsjúkdóma. Þetta samstarf hefur skilað mjög góðum árangri.

Á árinu 2025 sinnti Frú Ragnheiður rúmlega 500 heilbrigðismálum hjá tæplega 200 einstaklingum. Þjónustan fól meðal annars í sér mat á sár-um og sýkingum, ráðgjöf og fræðslu, stuðning við blóðprufur, tilvísanir í önnur úrræði og eftirfylgd þegar við átti.

Skimun fyrir HIV og lifrabólgu C

Samstarf við Landspítala hélt áfram þetta árið eins og fyrri ár, með vettvangsferðum einu sinni í viku. Samstarfið hefur verið afar mikilvægt til að tryggja aðgengi jaðarsettra einstaklinga að greiningu og meðferð við lifrabólgu C og annarri heilbrigðisþjónustu, sem annars hefði oft verið utan seilingar. Með þessari lágþröskulda nálgun er hægt að grípa fyrr inn, draga úr alvarlegum heilsufarsvanda og bæta horfur einstaklinga til lengri tíma.

Hjúkrunarfræðingar frá göngudeild smitsjúkdóma hafa viðveru flesta miðvikudaga á vaktinni í Frú Ragnheiði. Meginmarkmið með viðveru hjúkrunarfræðinga á miðvikudagsvaktinni er meðal annars að taka skimunarblóðprufur fyrir HIV og lifrabólgu C. Einnig hafa einstaklingar fengið lyf við lifrabólgu C afhend á vöktunum. Hjúkrunarfræðingar fylgja eftir niðurstöðum

blóðprufunnar og hafa samband við einstaklinginn ef hann greinist jákvæður í prufunum. Á hverri vakt eru tveir einstaklingar að meðaltali sem þiggja blóðprufu. Heilbrigðisþjónusta á vettvangi einfaldar bæði aðgengi fyrir einstaklinginn að þjónustunni og á sama tíma nær heilbrigðisstarfsfólk til útsettra hópa sem getur reynst flóknara að ná til.



80+

EINSTAKLINGAR ÞÁÐU SKIMUN

Samhliða þessu hefur komið skýrt fram hversu mikilvægt gott samstarf er milli Frú Ragnheiðar og Ylju. Ylja sinnir einstaklingum með flókin og langvarandi vanda, oft heimilislásum eða í mjög óstöðugum aðstæðum. Frú Ragnheiður nær jafnframt til einstaklinga sem búa í eigin hús-næði, hjá vinum eða aðstandendum, en glíma engu að síður við áhættu og ótryggar félagslegar og heilsufarslegar aðstæður. Náin samvinna tryggir samfellu í þjónustu og að einstaklingar fái viðeigandi stuðning í samræmi við þarfir sínar.

„Veit ekki hvar ég væri án þjónustu Frú Ragnheiðar“

Tilvitnun í skjólstæðing Frú Ragnheiðar

Samstarf Frú Ragnheiðar við bæði Landspítala og Ylju er því lykilatriði í uppbyggingu heildstæðrar og mannúðlegrar þjónustu fyrir hóp sem annars á oft erfitt með að nýta sér hefðbundin úrræði.



Skaðaminnkun, framhald

Sjálfboðaliðar eru hjarta verkefnisins

Frú Ragnheiður byggir starf sitt á öflugum mannauði þar sem stór og fjölbreyttur hópur sjálfboðaliða gegnir lykilhlutverki. Um 80 sjálfboðaliðar taka virkan þátt í verkefninu og tryggja það að Frú Ragnheiður er á ferðinni allt árið um kring.

Vettvangsvaktir eru mannaðar af þremur sjálfboðaliðum sem sinna þjónustu á kvöldin, með lækni á bakvakt. Jafnframt er ávallt aðgengi að reyndum starfsmanni sem veitir stuðning ef upp koma flókin eða krefjandi mál. Bakvaktateymið telur fimm einstaklinga með víðtæka reynslu af markhópnum, flestir hjúkrunarfræðingar og starfsmenn Frú Ragnheiðar og Ylju.

„Ég væri ekki á lífi ef það væri ekki fyrir þau“

Tilvitnun í skjólstæðing Frú Ragnheiðar

Fjölbreytileiki sjálfboðaliðahópsins er einn af styrkleikum verkefnisins. Þar starfa einstaklingar með ólíkan bakgrunn og þekkingu, meðal annars



Íris Ósk sjálfboðaliði í Frú Ragnheiði.

úr heilbrigðis- og félagsvísindum, menntakerfinu og öðrum faggreinum. Þessi breidd stuðlar að mannúðlegri og aðgengilegri þjónustu sem mætir fjölbreyttum þörfum þeirra sem leita til Frú Ragnheiðar.

Árangur Frú Ragnheiðar væri ekki mögulegur án eldmóðs, samstöðu og óeigingjarns framlags sjálfboðaliðanna.



Skaðaminnkun, framhald

Skaðaminnkandi nálgun virkar – Ylja neyslurými

Árið 2024 markaði tímamót í skaðaminnkun á Íslandi þegar fyrsta staðbundna neyslurými landsins, Ylja, opnaði dyr sínar þann 7. ágúst 2024. Opnunin var afrakstur markvissrar vinnu í kjölfar þess að færanlegt neyslurými Ylju hafði sýnt mikilvægi sitt og var rekin í sérútbúnum bíl. Í kjölfarið var unnið markvisst að því að koma á fót varanlegu neyslurými.

Ylja er öruggt neyslurými þar sem einstaklingar

„Chillað place
og góður staður“

Tilvitnun í skjólstæðing Ylju

geta notað vímuefni í æð undir eftirliti fagaðila. Þar er einnig reykrými þar sem hægt er að reykja ópíóíða og/eða örvandi efni við öruggar aðstæður. Lögð er rík áhersla á að byggja upp traust og tengsl við notendur þjónustunnar og styðja þannig við einstaklinga sem oft standa frammi fyrir fjölþættum hindrunum í samfélaginu. Hlýlegt viðmót, stuðningur og aðgengi að aðstoð geta haft afgerandi áhrif á fólk í viðkvæmri stöðu. Neyslurými um allan heim hafa sýnt fram á margþættan árangur og eru lífsbjargandi úrræði fyrir fólk sem notar vímuefni og mikilvæg fyrir ástvini og aðstandendur og þar er Ylja engin undantekning.

Ylja er opin alla daga nema sunnudaga frá kl. 10:00–16:00. Í byrjun var þó styttri opnunartími á föstudögum og lokað um helgar. Skömmu síðar var opnunartími á föstudögum lengdur og það kom fljótt fram að helgar væru langar og krefjandi fyrir einstaklinga sem nýta rýmið og var því hafin opnun á laugardögum í nóvember. Lögð er áhersla á stöðugleika og fyrirsjáanleika í opnunartíma, þar sem flóknir eða breytilegir opnunartímar geta reynst markhópnum erfið.

Teymi Ylju samanstendur af fimmtán starfsmönnum í hlutastarfi með fjölbreytta þekkingu og reynslu á sviði skaðaminnkunar og félags- og heilbrigðisþjónustu. Hluti starfsfólks er með heilbrigðismenntun en einnig er lögð áhersla á þekkingu og reynslu af skaðaminnkandi þjónustu. Líkt og í Frú Ragnheiði er áhersla lögð á sálfélagslegan stuðning, lágþröskulda heilbrigðisþjónustu og skaðaminnkandi ráðgjöf. Einnig er dreift Naloxone nefúða og veitt fræðsla um notkun, auk þess sem Ylja sinnir öruggri förgun notaðs búnaðar.



112

NALOXONE NEFÚÐAR AFHENTIR
(FRÆÐSLA Í 85% TILFELLA)

**Skaðaminnkun er ekki valfrjáls viðbót, heldur grundvallarþáttur í
lýðheilsu og mannréttindum fólks sem notar vímuefni.**



Skaðaminnkun, framhald

Á árinu sem er að líða voru heimsóknir alls 4.352 og samtals nýttu 327 einstaklingar sér þjónustuna. Rúmlega 70% notenda eru án húsnæðis en aðrir búa ýmist í félagslegu húsnæði eða öðrum búsetuúrræðum. Meirihluti gesta skilgreinir

„Ylja er... framtíðin“

Tilvitnun í skjólstæðing Ylju

sig sem karlkyns og meðalaldur er um 38 ár. Konur eru um 33 % notenda og um 3 % kynsegin. Stór hluti þeirra sem sækja þjónustuna glímir við



4.352

HEIMSÓKNIR SÍÐAN YLJA OPNAÐI

heimilisleysi, alvarlegan vímuefnavanda og fjölþættan félags- og heilsufarsvanda og margir treysta illa á hefðbundna heilbrigðisþjónustu. Aðgengi að lágþröskulda úrræðum er því lykilatriði til að mæta fólki þar sem það er statt.

Heilbrigðisþjónusta í Ylju

Samkvæmt alþjóðlegum mannréttindasamningum eiga allir rétt á heilbrigðisþjónustu og neyslurýmið styður við þann rétt fyrir einstaklinga sem oft standa á jaðri samfélagsins. Með því að bjóða upp á heilbrigðisþjónustu, ráðgjöf og hreinan búnað er hægt að draga úr sýkingum, blóðbornum smitsjúkdómum og ofskömmtnum, sem jafnframt getur minnkað álag á heilbrigðiskerfið.

Heilbrigðisþjónusta var veitt í 192 skipti og fólst hún fyrst og fremst í meðferð sára og sýkinga sem geta fylgt notkun vímuefna í æð. Einnig var veitt ráðgjöf og stuðningur vegna heilbrigðistengdra atriða. Sálrænn stuðningur var veittur í um 95% heimsókna. Skaðaminnkandi ráðgjöf var veitt í um 3.998 skipti en gera má ráð fyrir að raunfjöldi sé hærri þar sem skráningar eru ekki alltaf fullnægjandi.



327

**EINSTAKLINGAR HAFNA NÝTT SÉR
ÞJÓNUSTUNA**

Ylja er mikilvægur þáttur í skaðaminnkandi þjónustu á Íslandi og stuðlar að bættri lýðheilsu og auknum mannréttindum fólks með þungan vímuefnavanda.



Skaðaminnkun, framhald

Samstarf við B1 smit-sjúkdómadeild-Landspítala

Með Ylju skapast tækifæri til að ná til einstaklinga sem annars eiga erfitt með að nýta sér hefðbundna þjónustu, t.d. vegna biðlista, vantrausts á kerfið o.s.frv. Ylja starfar í nánú samstarfi við smitsjúkdómadeild Landspítalans, B1. Samstarfið tryggir heildræna nálgun og samþættingu í þjónustu. Hjúkrunarfræðingar á vegum göngu-deildar smitsjúkdóma hafa verið með viðveru u.þ.b. fjóra daga vikunnar í hjúkrunarrými Ylju. Þjónustan er lágþröskulda og eykur aðgengi einstaklinga sem nota vímuefni að heilbrigðisþjónustu. Frá opnun Ylju 2024 hafa 183 einstaklingar nýtt sér heilbrigðisþjónustuna í hjúkrunarrýminu.

Heimsóknir árið 2025 voru 887. Helstu komuá-stæður voru skimanir og meðferðir við HIV, lifrabólgu C og kynsjúkdómum, meðferðir við sárum og sýkingum, forðalyfjagjafir – bæði geðlyfja og getnaðarvarna, andleg vanlíðan og fleira.

Á árinu sóttu um 20 einstaklingar verið að sækja lyf við lifrabólgu C í Ylju. Mikilvægur hluti þessa starfs er tenging innan heilbrigðiskerfisins en tilvísanir hafa meðal annars verið sendar á geðsviðið, kvenlækningasviðið og á SÁÁ fyrir Buvidal meðferðir. Einstaklingar sem hafa útskrifað sig gegn læknisráði eða hafa ekki fengið fullnægjandi meðferð hafa fengið áframhaldandi meðferð í Ylju.

„Blandan mín og blandan þín, Fíkniefnin og Yljan mín“

Tilvitnun í skjólstæðing Ylju

Þetta samstarf undirstrikar mikilvægi þess að tengja félagasamtök og opinbera heilbrigðisþjónustu til að ná til viðkvæmra hópa, bæta heilsu og stuðla að mannúðlegri nálgun.

Öryggi, samstarf og fræðsla

Við komu í Ylju gefa notendur upp hvaða efni og skammtastærð þeir hyggjast nota. Þetta skapar tækifæri til skaðaminnkandi samtals um skammta, heilsufar og þol, sem getur dregið úr áhættu hverju sinni. Engar ofskammtanir hafa átt sér stað á árinu sem var að líða. Í sex tilvikum var kallað eftir sjúkrabíl vegna áhyggja af heilsufari einstaklinga sem staddir voru í Ylju. Í fjórum tilvikum var veitt súrefnisgjöf. Gott samstarf við önnur úrræði og þjónustu, svo sem VOR-teymið og smitsjúkdómadeild Landspítala, hafa haft mikið að segja um góðan árangur.

„Bjargar okkur!
Enginn sem hefur gert það nema þið“

Tilvitnun í skjólstæðing Ylju

Líkt og í Frú Ragnheiði var samstarf við Rannsóknastofu í lyfja- og eiturefnafræði (RLE) og er þetta mikilvægt skref í skaðaminnkandi starfi, eykur öryggi og dregur úr hættu á alvarlegum skaða eða dauðsföllum. Ylja sendi í rannsókn 53 sýni þar sem einstaklingar höfðu samband og vildu láta efnagreina efnið sitt frekar.

Það er ótrúlega jákvætt að geta boðið upp á þessa þjónustu og vonin er að við getum styrkt þetta samstarf enn frekar.



Skaðaminnkun, framhald

Frá opnun hefur Ylja fargað 494 lítrum af notuðum búnaði. Þessi þjónusta hefur skýra samfélagslega skaðaminnkandi þýðingu þar sem stór hluti notenda býr við heimilisleysi og hefur oft takmarkað aðgengi að öruggri förgun. Með starfsemi sinni stuðlar Ylja einnig að breyttri umræðu um vímuefnanotkun og aukinni fræðslu um skaðaminnkun, sem eykur skilning og stuðlar að mannúðlegri viðhorfum í samfélaginu. Reglulega hafa verið haldnar kynningar og fræðslufundir, og þar að auki hefur verið boðið upp á tvö opin hús fyrir samstarfsaðila og aðra áhugasama, til dæmis starfsmenn í helstu starfseiningum í

„Nóg af græjum
...Ylja er öryggi“

Tilvitnun í skjólstæðing Ylju

hverfinu, með það að markmiði að stuðla að opnu samtali og svara spurningum um starfsemi og þjónustu. Innleiðing neyslurýmis endurspeglar vilja samfélagsins til að takast á við flókin mál-efni með lausnum sem byggja á gagnreyndri þekkingu, mannúð og réttlæti.

Efnagreining.



Skaðaminnkun, framhald

Sjálfboðaliði í Frú Ragnheiði

Hvers vegna ákvaðstu að gerast sjálfboðaliði í Frú Ragnheiði?

Fyrst hélt ég að Frú Ragnheiðarverkefnið myndi hjálpa mér í mínum bata, þar sem ég er óvirkur alkóhólisti. En viðhorf mín til okkar fólks áttu eftir að breytast þegar ég fór að vinna í mínum sjúkdómi. Þar sem ég get í dag sett mig í spor þeirra sem eru að nota vímuefni í æð.

Hvað finnst þér þú helst læra af því að vera sjálfboðaliði í verkefninu?



Pröstur, sjálfboðaliði

Mesti lærdómurinn felst í því, að læra að mæta fólki þar sem það er statt í sínum veikindum af virðingu og kærleika.

Hefur eitthvað breyst í Frú Ragnheiði frá því að þú byrjaðir?

Mestu munar um betri fræðslu til sjálfboðaliða um málaflokkinn. Og regluleg uppfærsla á fræðsluefni skiptir höfuðmáli. Öllum til hagsbóta.

Ef þú ættir að lýsa Frú Ragnheiði í einu orði hvað væri það?

Mannvirðing

Pröstur, sjálfboðaliði í Frú Ragnheiði

FÓLK Á FLÓTTA

ÁHERSLUR



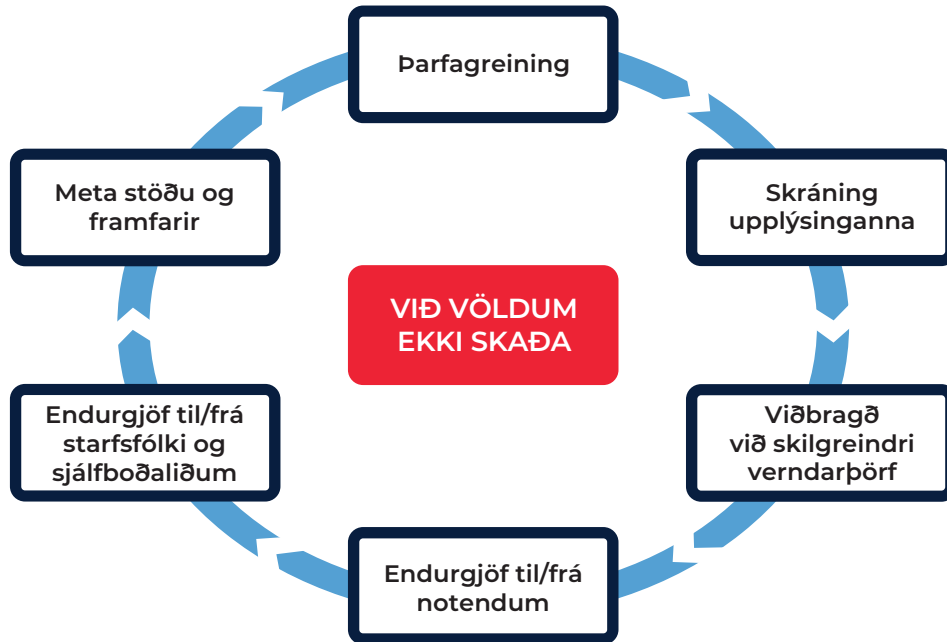
Talið er að á árinu 2025 hafi um 120 milljónir manns verið á flóttu í heiminum og þar af eru 70% sem hafa flúið yfir til lág- og meðaltekjurlanda. Umsækjendum um alþjóðlega vernd á Íslandi hefur fækkað síðustu ár meðal annars í kjölfar breytinga á lögum um útlendinga en á árinu 2025 sóttu 1766 einstaklingar um alþjóðlega vernd, sem er fækkun um 200 einstaklinga frá 2024. Flestir sem sóttu um voru frá Úkraínu, eða rúmlega 1.000 manns en þau fá tímabundin mannúðarleyfi. Þar á eftir sóttu 183 einstaklingar frá Palestínu um alþjóðlega vernd hér á landi.

Á árinu var alls 178 einstaklingum veitt vernd hér á landi.

Í kjölfar breytinga hjá Rauða krossinum þegar stjórnvöld ákváðu að framlengja ekki samning vegna umsækjenda um alþjóðlega vernd var ákveðið að markhópur okkar yrði þau sem fengið hafa dvalarleyfi hér á landi eftir umsókn um vernd. Áhersla var lögð á viðburði sem gagnast þeim hópi og starfið þróað eftir þörfum hans. Einstaklingar sem bíða eftir úrlausn í verndarmáli sínu eru þó eftir sem áður velkomnir á viðburði.



Fólk á flóttu, framhald



Áherslur eru sem áður að draga úr jaðarsetningu flóttafólks, bæta andlega heilsu þeirra ásamt því að vinna að inngildingu þeirra í íslenskt samfélag. Það gerum við ekki síst með verkefnum eins og Lyklar að íslensku samfélagi og InterACT. Í vinnu okkar með flóttafólki er áriðandi að hafa grunnigildi Rauða kross hreyfingarinnar í huga.

Við þurfum að bregðast við því sem fólk hefur þörf fyrir; að tjá sig um líðan, bjóða upp á líkamlega og andlega virkni, ekki síst fyrir börn og viðkvæma hópa og hafa skaðaminnkun ávallt í huga. Þetta er að lágmarki það sem okkur ber að bjóða flóttafólki ásamt því að gera okkar til að hafa áhrif á viðmið, lög og hegðun.





Fólk á flóttu, framhald

Viðburðir fyrir fólk á flóttu

Á árinu 2025 urðu erfiðar breytingar á verkefnum Rauða krossins með fólki á flóttu. Undanfarinn áratug hefur Rauði krossinn, sjálfbóðaliðar og starfsfólk, haldið úti fjölda félagslegra viðburða hvar sem umsækjendur um vernd búa. Á vormánuðum ákvað Vinnumálastofnun að fram- lengja ekki samning við félagið um stuðning við umsækjendur um vernd, og hyggðist stofnunin hér eftir sinna því starfi sjálf. Lagðist því hluti verkefna Rauða krossins af í kjölfar erfiðs niðurskurðar í starfsmannahópi teymis fólks á flóttu.

Nú þurfti að vanda til verka og marka stefnu fyrir áframhaldandi vinnu með fólki á flóttu í þessum breytta veruleika. Stefnan sem Höfuðborgardeild tók í kjölfarið var að leggja áherslu á starf í hópum. Þannig nýtist vinna sjálfbóðaliða okkar sem best og sem flestir þátttakendur fá tækifæri til að vera með í starfinu. Eftir þessa breytingu varð helsti markhópur hópastarfsins fólk sem hlotið hefur vernd og er komið inn í íslenskt samfélag til að vera. Áhersla var því lögð á viðburði sem gagnast þeim hópi og starfið þróað eftir þörfum hópsins og verður það áfram. Eftir sem áður sinnti deildin því fjölbreyttu hópastarfi fyrir markhópinn víða á suðvesturhorni landsins.

Velsældarhópar

Eitt af því sem eftirspurn var eftir og kapp lagt á að halda gangandi voru velsældarhópar okkar (e. *wellbeing groups*). Það er yfirheiti yfir hverskonar starf sem sérstaklega er til þess fallið að auka vellíðan og andlegt jafnvægi í nýjum raunveruleika



InterACT þátttakendur í keilu.

fólks á flóttu. Í fjölbreyttum sjálfbóðaliðahópi okkar leynist fólk með mikla sérþekkingu og hæfileika sem hefur nýst okkur í bæði litlum og stórum hópum.

Vikuleg dagskrá starfsins tekur því einnig breytingum eftir fáanleika sjálfbóðaliða hverju sinni, en meðal þess sem hefur verið á dagskránni undanfarið ár er magadans, yoga, hugleiðsla, teygjur, leiklistartímar og myndlistar- og listmeðferðarhópur. Þá hittist hópur kvenna í blaki. Undir þennan flokk falla einnig reglulegar heimsóknir frá vinsælustu sjálfbóðaliðunum, heimsóknarhundunum, sem hafa heimsótt samfélagsmiðstöðina á Vitatorgi og boðið börnum og fullorðnum samveru og klapp. Þá starfa áfram úkraínskumælandi stuðningshópar sem urðu til í verkefninu Wellbeing 4U sem var evrópuverkefni rekið af Landsskrifstofu og fyrir aðallega úkraínskumælandi flóttafólk.



Fólk á flóttu, framhald

Valdefling og styrking

Einnig hefur í verkefninu verið lögð áhersla á viðburði sem valdefla og styrkja hæfni og seiglu þátttakenda (e. *capacity building*), bæði þjálfun í ensku, tölvufærni og samfélagsfræðslu. Á haustmánuðum færðist fókus kvennahóps félagsins frá því að bjóða fyrst og fremst upp á samveru og brjóta einangrun yfir í beina valdeflingu og sjálfsstyrkingu. Heppnaðist sú vinna vel og reiknum við með að hópurinn muni starfa frekar í þá átt á komandi ári. Þá hófst samstarf við félagið Broskarla þar sem flóttafólki stóð til boða að læra stærðfræði á vikulegum viðburðum. Eins og gildir þegar eitthvað nýtt er prófað er um tilraun að ræða. Sumt er vel sótt og annað hittir ekki í mark og gildi það um stærðfræðihópinn í þessari mynd og verður því verkefni ekki haldið áfram í sömu mynd. Síðast en ekki síst fellur undir þennan flokk verkefnið Lyklar að íslensku samfélagi, sem styrkt er af Coca-Cola Europacific Partners, og sagt er frá í sér kafla í skýrslunni.

Ungmennahópurinn hélt einnig blöndu af afþreyingar- og fræðsluviðburðum. T.d. má nefna heimsóknir í Perluna, verklega vinnustofu í

FABLAB og tónleika í Hörpu. Á sama tíma höfum við hleypt af stokkunum þremur jafningjastýrðum vinnustofum sem einblína á atvinnuumsóknir. Þátttakendur fengu hagnýt ráð frá sjálfbóðaliðum sem þekkja til íslenska vinnumarkaðarins og unnu að ferilskrám sínum og kynningarbréfum og öðluðust aukið sjálfstraust þegar þeir fóru að kanna vinnumarkaðinn.

Tungumálþjálfun

Eitt af vinsælustu verkefnum félagsins með flóttafólki eru hinir fjölbreyttu tungumálþjálfunarviðburðir félagsins. Á höfuðborgarsvæðinu fór fram mikil kennsla yfir vetrartímann, tvisvar til fjórum sinnum í viku. Yfir sumarið og fram á haust starfaði vikulegur íslenskuspjallhópur þar sem var spilað, spjallað, lesið í bókum og tungumálið æft. Á Akranesi, Reykjanesbæ og á Selfossi hittast hópar að læra íslensku með stuðningi reyndra sjálfbóðaliða 1-2 skipti í viku yfir vetrartímann. Að læra íslenskt mál og öðlast sjálfstraust og færni í beitingu tungumálsins er einn af hornsteinum lífs í nýju landi og þátttakendur sýna með góðri mætingu að þau telja tungumálaviðburði Rauða krossins hjálplega við það verkefni. Sjáum við glögggt að eftirspurnin er meira en framboðið og vinnum að auknum þunga að framþróun verkefnisins. Nefna má að á árinu voru með fulltingi Þróunarsjóðs innflytjendamála þýddar norrænar handbækur í tungumálþjálfun ásamt því að haldin var vinnu- og fræðslufundur norrænna fulltrúa (sjálfbóðaliða og starfsfólks) í Bergen á vormánuðum þar sem aðferðum var deilt og sameiginlegar áskoranir ræddar. Var þessi vinna leidd af Eyjafjarðardeild með þátttöku Höfuðborgardeildar.



Fjölskylduhópur heimsækir sjóminjasafnið.



Fólk á flóttu, framhald

Suðurnes

Í byrjun janúar fengum við þær upplýsingar frá Vinnumálastofnun að við hefðum ekki lengur aðstöðu í Officeraklúbbnum á Ásbrú í Reykjanesbæ. Þar vorum við með skrifstofuaðstöðu og geymslu fyrir aðföng fyrir félagsstarfið sem fór að mestu fram í húsnæðinu. Þessar breytingar voru án fyrirvara og þurftum við að hafa hraðar hendur við flutninga og finna nýjan stað fyrir viðburðina. Suðurnesjadeild kom okkur til bjargar og hliðraði til í sínu húsnæði svo ekki yrði rof á þjónustu okkar við fólk á flóttu.

Á þessum tíma voru allt að 15 viðburðir á viku og fjölmargir þátttakendur í hverjum og einum. Eins og fram hefur komið hefur margt breyst síðan þá og í lok árs voru um sex viðburðir í viku, allir í húsi Suðurnesjadeildar.

Þeir viðburðir sem eftir stóðu fyrir flóttafólk voru íslensku- og enskutímar, Opið hús, leikræn tján-ing, skapandi skrif og hreyfing eða *Movement Workshop*. Þar er lögð áhersla á mjúka hreyfingu, samhæfingu huga og líkama, samvinnu, traust og skapandi hugsun, svo eitthvað sé nefnt.

Sjálfbóðaliðahópurinn er ekki stór en mjög öflugur og traustur, sjö til átta manns. Undanfarið hefur hver séð um einn til tvo viðburði í viku hverri.

Eins og sjá má er talsverður fjöldi sem nýtir sér fjölbreytta viðburði Rauða krossins fyrir fólk á flóttu. Ríflega helmingur þeirra sem sóttu viðburðina höfðu hlotið vernd, en tæpur helmingur var fólk sem enn er í umsóknarferli. Eins og sjá má leggja sjálfbóðaliðar mikla vinnu í verkefnið, og flestir viðburðanna hvíla á þeirra herðum.

TÖLUR ÁRSINS:



1.074 viðburðir á árinu

89 viðburðir á mánuði að meðaltali

12.521 komur fólks á flóttu

11 manns á viðburði að meðaltali

122 virkir sjálfbóðaliðar í verkefni

Sjálfbóðaliðar sóttu viðburði samtals **2.055** skipti

2 sjálfbóðaliðar að meðaltali á hverjum viðburði



Fólk á flóttu, framhald

Lyklar að íslensku samfélagi

Það er verkefni sem ætlað er að styðja umsækjendur um alþjóðlega vernd og þau sem hafa hlotið alþjóðlega vernd við að hefja nýtt líf á Íslandi. Verkefnið býður upp á kynningarlotur, hagnýta leiðsögn um vinnumarkaðinn og sálræna fyrstu hjálp. Markmiðið er að efla snemmbæra inngildingu, auka skilning þátttakenda á íslensku samfélagi og styðja við leið þeirra til atvinnu og sjálfstæðrar framfærslu. Verkefnið hefur tvö meginmarkmið, annars vegar snemmbæra inngildingu þeirra sem eru í verndarferli og hins vegar ítarlegri inngildingu fyrir þau sem hlotið hafa alþjóðlega vernd.

Fyrsti áfangi er ætlaður einstaklingum sem eru nýkomnir til landsins og verndarmál þeirra er enn í ferli. Námskeiðið leggur áherslu á að veita grundvallarþekkingu um lífið á Íslandi, þar á meðal daglegt líf, gildi og menningarleg viðmið, kerfi og stofnanir og hagnýtar upplýsingar ásamt réttindum og skyldum á meðan málsmeðferð stendur.

Seinni áfanginn styður einstaklinga sem hlotið hafa vernd og eru tilbúin að taka þátt í vinnumarkaði. Námskeiðið leggur áherslu á skilning á íslenskum vinnumarkaði, hlutverk stéttarfélaga og réttindi launafólks, leiðir til að bæta færni sína til aukinnar menntunnar, aðferðir við atvinnuleit, gerð ferilskrár ásamt greiningu á markmiðum og helstu styrkleikum.

Að auki er boðið upp á sálfélagslegan stuðning þar sem kynnt er hvernig tilfinningalegur stuðningur getur hjálpað eftir flóttu, sem aðstoðar

þátttakendur við að öðlast öryggistilfinningu, finnast þau hafa stjórn á aðstæðum sínum og jafnframt veitir stuðning til barna og viðkvæmra hópa.

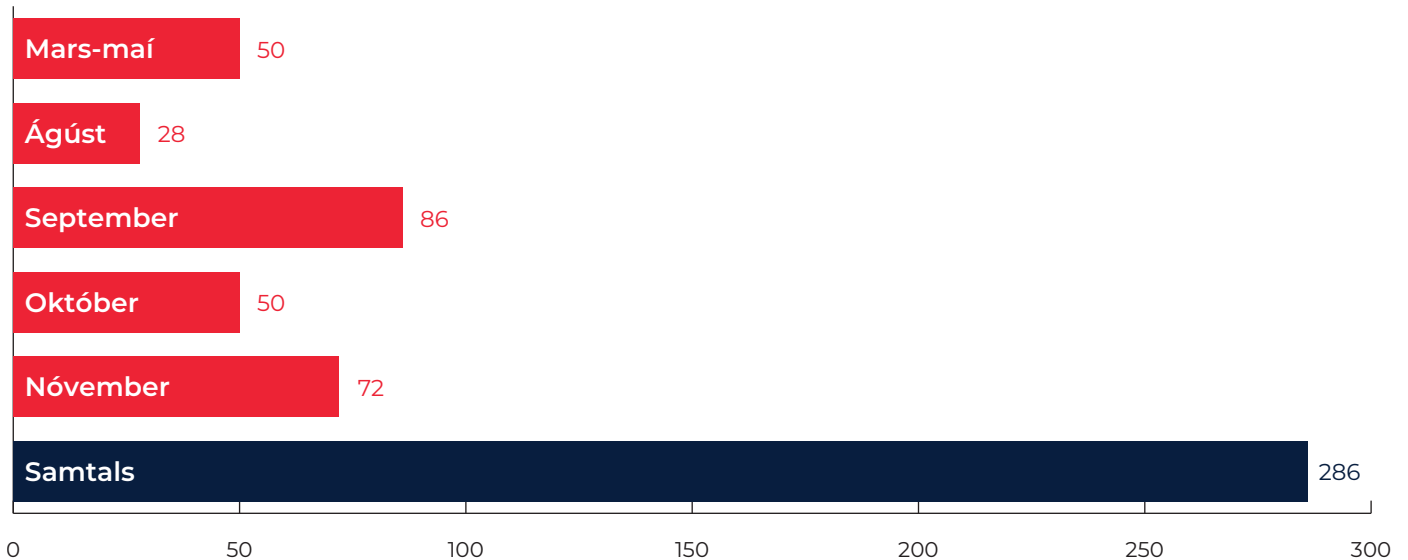
Við innleiðingu verkefnisins kom skýrt í ljós hversu mikil áhrif tungumálakunnátta hefur á aðgang þátttakenda að vinnumarkaðinum. Í kjölfarið var bætt við stuttum inngangsnámskeiðum í íslensku samhliða fræðsluefni verkefnisins. Þessi námskeið eru kennd af leiðbeinendum sem tala móðurmál þátttakenda, sem gerir skýringar auðveldari, dregur úr námslegum hindrunum og eykur sjálfstraust þátttakenda.

Við byrjun verkefnisins, frá mars til maí voru í Reykjavík haldnar kynningar á ensku, úkraínsku, arabísku og spænsku. Um sumarið voru haldnar þrjár kynningar á þremur tungumálum. Um haustið voru haldnar kynningar í Reykjanesbæ og bera fór á auknum áhuga og sóttu 86 einstaklingar kynningu í september. Í október efldi verkefnið samstarf sitt við hagsmunaaðila þegar Mímir tungumálaskóli bauð verkefninu að kynna starf sitt fyrir arabískum hópi nemenda. Í október og nóvember voru að auki voru haldnar tvær kynningar á spænsku, á ensku í Reykjanesbæ fyrir umsækjendur um alþjóðlega vernd og á arabísku fyrir flóttafólk í Hafnarfirði. Haldnar voru tvær kynningar fyrir flóttafólk sem búsett er á Bifröst. Á árinu hefur verkefnið náð til 286 þátttakenda sem myndar góðan grunn fyrir áframhaldandi þróun verkefnisins.



Fólk á flóttu, framhald

Fjöldi þátttakenda



Helstu áskoranir verkefnisins eru sveiflur í mætingu, landfræðileg dreifing og lagabreytingar sem hafa haft áhrif á fjölda þátttakenda.

Þrátt fyrir stöðugan áhuga er mæting breytileg eftir staðsetningu og tungumálahópum. Þetta undirstrikar þörfina á að fjölga kynningar- og miðlunarleiðum og þróa áfram. Ásamt því að aðlagða tímasetningar að þörfum ólíkra samfélags hópa og efla samskipti og samstarf við samstarfsaðila.

Að halda fræðslulotur á mörgum tungumálum er mannafla- og tímafrekt og krefst náinnar samhæfingar milli túlka, leiðbeinenda og kennslu-efnis. Þróun staðlaðs fjöltyngds efnis gæti hjálpað til við að draga úr álagi og einfalda framkvæmd.

Útvíkkun verkefnisins út fyrir höfuðborgarsvæðið eykur aðgengi, en skapar jafnframt áskoranir svo sem ferðalög frá höfuðborgarsvæði, skipulag aðstöðu og áskorun við að ná til samfélaga þar sem fátt flóttafólk býr. Verkefnið stefnir að verulegri útvíkkun bæði hvað varðar landfræðilega dreifingu og samstarf við fleiri sveitarfélög og stofnanir með því augnamiði að ná til breiðari hóps þátttakenda. Önnur markmið eru meðal annars að þróa og útbúa meira staðlað fræðslu-efni á öllum tungumálum verkefnisins, efla vinnumarkaðshlutann með markvissari vinnustofum og útbúa kerfisbundnari kynningar- og miðlunarstefnu til að tryggja stöðuga þátttöku.



Fólk á flóttu, framhald

InterACT

InterACT er verkefni sem er skipulagt af flóttateymi Rauða krossins á höfuðborgarsvæðinu og í Eyjafirði. Verkefnið þjónar sem vettvangur þar sem flóttafólk, heimafólk og fyrirtæki vinna saman að ýmsum félagslegum verkefnum. Með því að efla samvinnu og gagnkvæma kennslu styður InterACT við inngildingu flóttamanna að íslensku samfélagi og styrkir samfélagið samtímis.

Lykiláhersla verkefnisins er að veita stuðning við viðkvæma hópa, þar á meðal fjölskyldur og aldraða, með sálfélagslegri þjónustu og markvissum viðburðum sem auðvelda aðlögun að nýju umhverfi. Á sama tíma veitir InterACT sjálfbóðaliðum þekkingu á ýmsum réttindum og skyldum og leiðum til virkrar þátttöku í íslensku samfélagi.

Sjálfbóðaliðar taka þátt í fjölbreyttum samfélagsmiðuðum viðburðum sem gagnast ekki aðeins flóttafólki heldur einnig öðrum sem að málum koma. Dæmi um viðburði er umhverfisleirun í skógum, almenningsgöngu og



Myndlistarvinnustofa á Vitatorgi með eldri þátttökendum, stýrt af sjálfbóðaliðum með bakgrunn flóttafólks.

íbúðahverfum, matreiðsla fyrir fólk í neyð, sauma teppi fyrir nýfædd börn og styðja við félagsleg verkefni Rauða krossins. Með þessu starfi leggja sjálfbóðaliðar sitt af mörkum til velferðar fjölbreyttra hópa innan samfélagsins, en deila einnig eigin reynslu og færni og auðga þannig samfélagið í heild.

Með því að vinna saman og læra hvert af öðru skapast tækifæri þar sem InterACT býr til brú milli flóttafólks og heimafólks. Verkefnið stuðlar þannig að opnu, styðjandi og samtengdara samfélagi þar sem bæði þau sem nýlega hafa flutt til landsins og þau sem hafa búið hér til langs tíma njóta góðs af.

Verkefnið stuðlar að aukinni félagslegri innngildingu, styrkir tengsl við samfélagið, bætir vellíðan og samfélagsvitund og styrkir jafnframt getu heimafólks til að bregðast við fjölbreytileika á aðgengilegan hátt.

Á árinu 2025 voru 67 viðburðir skipulagðir af InterACT hópnum, sem náðu til 1.041 einstaklings.



Umhverfisverkefni InterACT.



Fólk á flóttu, framhald

Fjölskyldusameiningar og leitarbeiðnir

Þann 29. ágúst 2025 var undirritaður samningur milli Rauða krossins og dómsmálaráðuneytis. Markmið samningsins er að tryggja ráðgjafarþjónustu við flóttafólk vegna fjölskyldusameininga.

Veitt voru 228 viðtöl vegna fjölskyldusameininga á árinu. Verklag vegna fjölskyldusameininga er á þann veg að viðkomandi sendir beiðni um aðstoð sem getur verið í formi viðtals eða afgreidd í tölvupósti. Aðstoð er veitt við útfyllingu skjala sem nauðsynleg eru til að sækja um fjölskyldusameiningu hjá Útlendingastofnun. Yfirleitt er um tvær heimsóknir að ræða, þar sem útskýrt er hvaða gögn er nauðsynlegt að sækja frá heima-landi og hvaða gögn frá Útlendingastofnun þarf að fylla út.

Alls voru sendar sjö leitarbeiðnir á árinu vegna týndra ástvina. Leitarbeiðnir voru sendar til Þýskalands, Palestínu, Afganistan og Hollands. Þá barst leitarbeiðni til okkar frá Rauða krossinum í Bandaríkjunum þar sem maður leitar að bróður sínum. Sú leitarbeiðni er enn opin.

Á árinu var einnig veitt ráðgjöf í 29 málum þar sem viðkomandi var að endurnýja dvalarleyfi sitt hér á landi. Þar er veitt ráðgjöf í kjölfar bréfs frá Útlendingastofnun varðandi endurnýjun.

VIÐTÖL VEGNA FJÖLSKYLDUSAMEININGA:

► 228 VIÐTÖL

LEITARBEIÐNIR VEGNA TÝNDRA ÁSTVINA:

► 7 LEITARBEIÐNIR

VEITT RÁÐGJÖF VEGNA ENDURNÝJUNAR DVALARLEYFIS:

► Í 29 MÁLUM



Fólk á flóttu, framhald

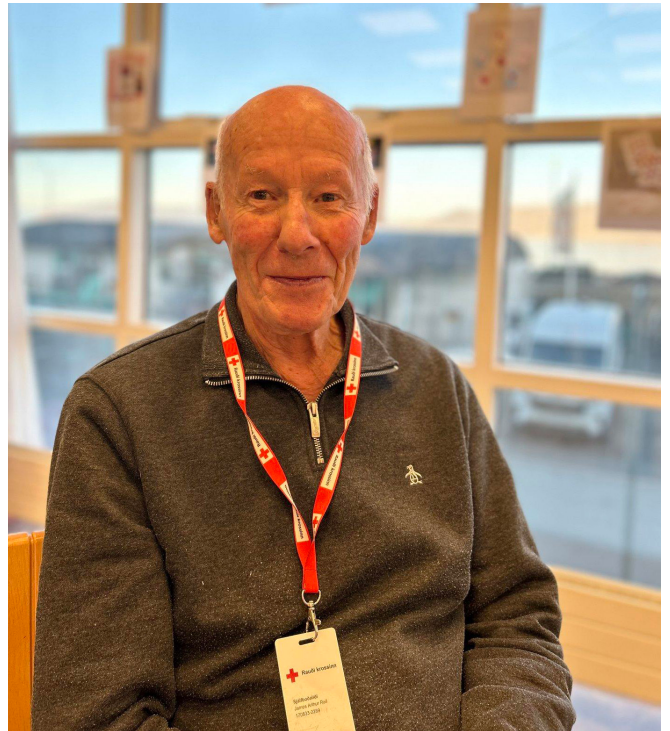
Sjálboðaliði í félagsstarfi fyrir flóttafólk

James Arthur Rail er 92 ára gamall sjálfbóðaliði sem hefur starfað í tíu ár í félagsstarfi fyrir umsækjendur um vernd og síðar flóttafólk. Með hlýju, húmor og sköpunargleði hefur hann hjálpað fjölmörgum á erfiðum tímum með því að létta lund þeirra og skapa skemmtilega og uppbyggilega samveru á einu síðdegi í hverri viku. Markmiðið er að rjúfa félagslega einangrun þessa viðkvæma hóps, efla tengsl, sjálfstraust og tilfinningu fyrir samfélagi.

Hann byrjaði í starfinu árið 2016 eftir ábendingu frá barnabarni sínu sem einnig var sjálfbóðaliði á þeim tíma. Hann byrjaði í Opnu húsi fyrir umsækjendur um vernd sem þá fór fram á aðalskrifstofunni í Efstaleiti á miðvikudagseftirmiðdögum. Þá fylltist húsið af fólki og mat og var mikið fjör og minnst James þess að standa með pílu-spjald á ganginum og stýra leikum.

Aðalsmerki hans eru púsl og gestaþrautir sem hann safnar og kynnir reglulega fyrir þátttakendum og urðu fastur og vinsæll liður í starfinu. „Stundum hefur fólk aldrei kynnst neinu þessu líku áður en það kviknar á peru og fólk hefur áhuga á að æfa þennan hæfileika og heillast af því að leysa þessi fjölbreyttu verkefni“.

Einnig er James mikill útivistarmaður og minnst hann þess að hafa farið með hópa í frísbíggolf, skoðunarferðir um borgina og heimsótt húsdýragarðinn.



James Arthur Rail sjálfbóðaliði.

Mikið vatn hefur runnið til sjávar síðan James hóf störf í Efstaleitinu. Það segir sitt að síðan James byrjaði hefur verkefnið flutt í húsnæði Rauða krossins við Strandgötu í Hafnarfirði, svo í samfélagshúsið Árskóga og þá á Vitatorg þar sem það hefur verið undanfarin ár. Á árinu 2025 var samningi um félagslegan stuðning við umsækjendur um vernd sagt upp og eru verkefnið enn á ný að taka breytingum í kjölfar þess. En James segist ávallt tilbúinn að vera til staðar og gera gagn og heldur ótrauður áfram sjálfbóðaliðastarfinu.

FÉLAGSLEG VERKEFNI



Nýliðanámskeið í félagslegum verkefnum.

Félagsleg verkefni Rauða krossins, svokölluð vinaverkefni, hafa það að markmiði að styrkja og efla félagslega þátttöku einstaklinga og vinna gegn félagslegri einangrun. Verkefnin byggja á því að skapa rými fyrir félagsskap, nærveru og hlýju og veita þátttakendum tækifæri til að tengjast öðrum á sínum forsendum. Gestgjafar taka virkan þátt í að móta verkefnið sjálft, sem stuðlar að valdeflingu, sjálfstyrkingu og aukinni þátttöku í samfélaginu.

Á höfuðborgarsvæðinu voru árið 2025 starfrækt fimm félagsleg verkefni: heimsóknarvinir, gönguvinir, símavinir, hundavinir og tónlistarvinir.

Félagsleg verkefni Höfuðborgardeildar

Heimsóknarvinir er umfangsmesta verkefnið, þar sem sjálfboðaliðar heimsækja einstaklinga og/eða hópa sem þess óska. Útfærsla verkefnisins er fjölbreytt og miðast ávallt við þarfir og óskir gestgjafanna. Áhersla hefur verið lögð á að ná til yngri markhópa, bæði meðal sjálfboðaliða og gestgjafa, auk þess sem umsóknum frá erlendum ríkisborgurum og einstaklingum með fjölþættan vanda hefur fjölgað. Starfið hefur því verið aðlagð að síbreytilegum þörfum þátttakenda.



Félagsleg verkefni, framhald

Hundavinir hefur verið ört stækkandi verkefni og er nú næst stærst í félagslegum verkefnum. Hundurinn gegnir mikilvægu hlutverki við að skapa öruggt og aðgengilegt rými fyrir samskipti, sérstaklega fyrir þá sem eiga erfitt með að nálgast annað fólk. Sjálfbóðaliðar bera þó ávallt ábyrgð á hundinum og hafa hlotið sérstaka þjálfun og mat á hundi sínum. Verkefnið hefur vaxið hratt og þróun þess hefur tekið mið af gæðaviðmiðum og reynslu annarra Norðurlanda.

Gönguvinir efla einstaklinga bæði félagslega og líkamlega. Gönguvinir eru því tilvalið fyrir þau sem vilja njóta útiveru og samveru.

Símavinir gerir sjálfbóðaliðum og gestgjöfum kleift að tengjast og rjúfa félagslega einangrun óháð staðsetningu á landsvísu.

Tónlistarvinir hafa það markmið að færa gestgjöfum lifandi tónlist og spjall, oftast í hópheimsóknum og hitta sjálfbóðaliðar gestgjafa sína að jafnaði í um tvær klukkustundir á mánuði. Verkefnið hefur farið hægt af stað en notið mikils lofs.

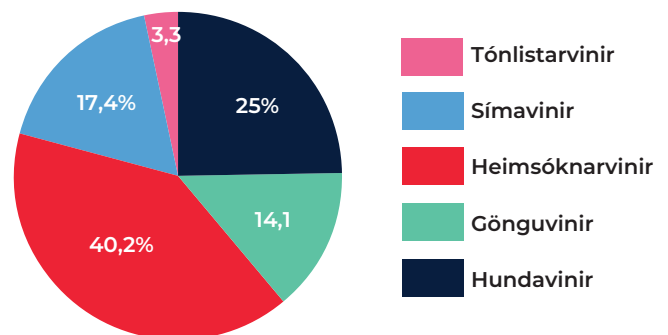
„Ég fer meira út að ganga og hitta fólk“

Gestgjafi í gönguvinum

Í upphafi árs voru 183 virk pör í vinaverkefnunum, en í lok árs voru þau orðin 197. Pör hittast að jafnaði vikulega í allt að 12 mánuði í senn og/eða eiga símtöl allt að tvisvar í viku.

Alls bárust 303 umsóknir frá gestgjöfum og 341 sjálfbóðaliðaumsókn á árinu. Meðalaldur sjálfbóðaliða er 56 ár og meirihluti þeirra skilgreinir sig sem konur. Í lok árs voru 99 einstaklingar á biðlista eftir sjálfbóðaliða.

Vinaverkefnið - Sjálfbóðaliðar/gestgjafar



„Kynnist annarri manneskju og hennar þörfum, það er þroskandi og gefandi. Við höfum gaman og það ríkir traust. Kannski er ég bara svona heppin“

Sjálfbóðaliði í félagsverkefnum



Félagsleg verkefni, framhald



Hundurinn Sanna í heimsókn á Barnaspítalanum.

Félagsverkefnið er mjög vinsælt, og hefur það almennt ekki skort sjálfboðaliða. Flestir skuldbinda sig til þátttöku í eitt ár og sumir taka að sér fleiri en einn gestgjafa eða verkefni. Þrátt fyrir það getur þörun tekið tíma þar sem eftirspurn er meiri en verkefnið ræður við. Umsóknir um að fá sjálfboðaliða berast frá einstaklingum, stofnunum, félagsþjónustu og aðstandendum.

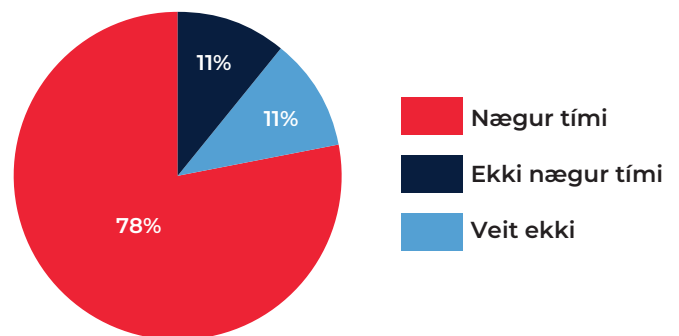
Skuldbinding verkefnisins er 12 mánuðir í senn, bæði fyrir sjálfboðaliða og gestgjafa. Verkefnastjórar annast öflun, þjálfun, stuðning og eftirfylgd. Eftirfylgd fer fram með reglulegum símtölum fjórum vikum eftir fyrstu heimsókn og síðan eftir sex og tólf mánuði er farið yfir hvernig hefur gengið og þörun endurskoðuð með tilliti til hvort þörf er fyrir aukna eftirfylgni, stuðning eða aðra aðkomu verkefnastjóra. Flest þör eru í virku sambandi í tvö ár eða lengur.

Eftirfylgd og stuðningur við sjálfboðaliða og gestgjafa

Á árinu var lögð sérstök áhersla á eftirfylgd og mat á upplifun þátttakenda. Í mars var send út ánægju- og þáttökukönnun til allra virkra sjálfboðaliða og gestgjafa. Könnun sjálfboðaliða skilaði 96 svörum, 76 % konur, 22 % karlar, 1% kynsegin og 1% kaus að svara ekki. Niðurstöður sýndu almennt mjög mikla ánægju, þar sem þátttakendur voru sammála eða mjög sammála jákvæðum fullyrðingum um verkefnið.

56% prósent sjálfboðaliða töldu fjölda heimsókna/símtala vera næg fyrir gestgjafann meðan 14 % töldu fjölda heimsókna eða símtala ekki vera nægilegan. 78% þeirra töldu lengd heimsókna/símtala vera nægilega meðan, 11% töldu tímann ekki vera nægan, 11% voru óvissir. Það er því hægt að sjá að út frá sjálfboðaliða er bæði fjöldi og lengd heimsókna/símtala hæfileg.

Lengd heimsókna / símtala





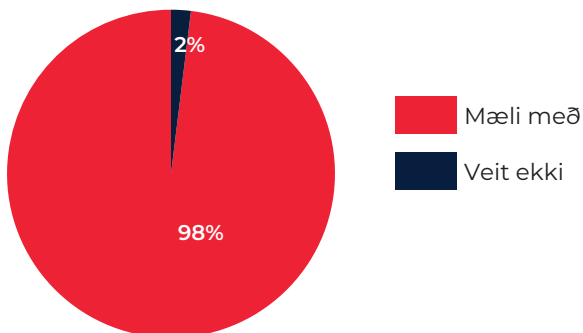
Félagsleg verkefni, framhald

Spurt var um væntingar og upplifun þar sem svörun var jákvæð en í öllum liðum voru 85% - 98% þátttakenda ýmist sammála eða mjög sammála.

Um 58% prósent sjálfboðaliða sáu jákvæðar breytingar á gestgjafa sínum og aðeins 5% telja að breytingarnar hafa orðið neikvæðar. Skoða þarf betur hvort það sé vegna verkefnisins eða afturför í heilsu eða persónulífi gestgjafans. Mikilvægt er að skilgreina þessa spurningu frekar þegar könnun verður lögð aftur fyrir að ári.

98% sjálfboðaliða mæla með félagslegum verkefnum en eftirstandandi 2% hökuðu við „veit ekki“ í könnuninni. Það má því draga þá ályktun að mikill ágóði og eftirsóknvert sé að vera sjálfboðaliði í verkefninu.

Sjálfboðaliðar um félagsleg verkefni



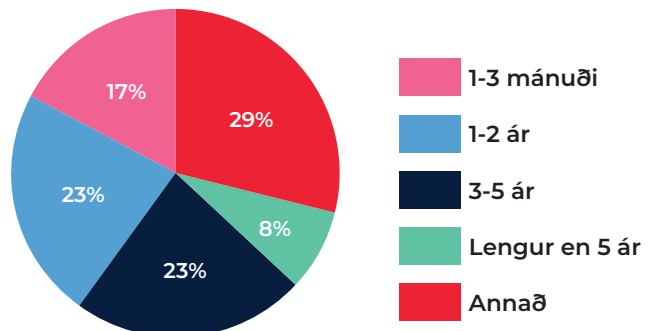
Svipaðar niðurstöður komu fram í könnun gestgjafa, þar sem 79 einstaklingar svöruðu. Meirihluti þeirra er annaðhvort á eftirlaunum eða á örorku og flestir hafa verið í verkefninu í nokkur ár. Gestgjafar töldu almennt bæði tíðni og lengd heimsókna eða símtala nægilega og 84% upplifðu að verkefnið hefði dregið úr einmanaleika og félagslegri einangrun. Nær allir gestgjafar mæla með verkefnunum.

„Mikils virði að finna tilgang í lífinu. Að hafa eitthvað við að vera“

Gestgjafi í félagslegum verkefnum

Flestir höfðu verið í 1-5 ár, 23% svöruðu 1-2 ár og 23% svöruðu 3-5 ár, þar á eftir kemur 1-3 mánuðir eða 17% þeirra sem svöruðu könnuninni, 8% hafa verið í verkefninu í lengur en 5 ár.

Gestgjafar hafa verið í verkefninu



Þátttakendur voru spurðir hvort lengd heimsókna og samtala væru nægileg, 87% töldu svo vera meðan 13% töldu það ekki vera nægilega lengi. Þetta er í samræmi við svör sjálfboðaliða. Þegar skoðuð var tíðni heimsókna töldu 78% þátttakenda að tíðni þeirra væri nægileg sem er í samræmi við svör sjálfboðaliða.

87% þátttakenda búa ein/einn/eitt og aðeins 68% fá innlit eða heimsækja sjálf/sjálft vini, kunningja eða ættingja.

Nær allir þátttakendur mæla með félagslegum verkefnum eða 97%.



Félagsleg verkefni, framhald

Sýnileiki verkefnis og samstarf

Sýnileiki vinaverkefnanna var aukinn á árinu með kynningum hjá samtökum, sveitarfélögum og í Háskóla Íslands, auk samstarfs við fjölmörg félagsamtök og stofnanir. Verkefnin voru einnig sýnileg í fjölmiðlum og á samfélagsmiðlum, sem jók vitund um mikilvægi félagslegrar heilsu og hlutverk félagslegra verkefna Rauða krossins. Félagslegu verkefnin hafa vaxið mikið og þróun aukist í takt t.d. með tilkomu hópstjóra sem taka að sér fyrstu heimsókn.

„Verkefnið er mann-
bætandi, vonandi fyrir
skjólstæðinginn, einnig
fyrir mig“

Sjálfboðaliði í félagslegum verkefnum

Á árinu var farið í samstarf við Samtökin 78, Sameyki, Auðnast, LEB, ÍSÍ, Blindrafélagið og kvenfélög. Haldið var námskeið fyrir starfsfólk og þjónustunotendur úr þeim samtökum. Skoðað var samstarf við félagsstarf eldri borgara í Reykjavík og er það mál enn í vinnslu. Einnig hófst gott samstarf við dvalarheimilin Grund, Mörk og Ás í Hveragerði.

Vinaverkefnin tóku þátt í hundadögum í október og tóku þátt í geðheilsudögum á Instagram í sama mánuði.

Verkefnastjóri sótti ráðstefnu í Hörpu, Wellbeing Economy Forum þar sem farið var yfir mikilvægi félagslegrar heilsu og nýjustu rannsóknir. Jafn-

framt tóku verkefnastjórar þátt í norrænu samstarfi. Einnig var haldin ráðstefna á Íslandi fyrir systurfélög á Norðurlöndum þar sem rædd var þróun verkefna og reynslu deilt ásamt því að ákveða áherslur fyrir næstu ráðstefnu. Á fundinn mættu verkefnastjórar frá Danmörku, Færeyjum, Íslandi, Svíþjóð og Finnlandi. Þar var áhersla á ýmsa þætti; Ísland sá um kynningu á gæðum og öryggi, einnig voru ræddar leiðir til að ná til sjálfboðaliða, fjölbreyttari hópa auk einangruðustu einstaklinganna í samfélaginu. Kynnt voru netnámskeið sem og samstarf við fyrirtæki og samtök. Þarna var hægt að deila reynslu og þekkingu til að auka árangur verkefnisins og auka skilning á fjölbreyttum leiðum til þess.

Á árinu voru haldnir fjórir sjálfboðaliðahittingar þar sem farið var yfir stöðu mála og sjálfboðaliðar fengu tækifæri til að kynnst og deila reynslu. Haldin voru tíu nýliðanámskeið og tvö hundanámskeið ásamt annarri fræðslu fyrir sjálfboðaliða. Mikilvægt er að sjálfboðaliðar fái verkfæri og þekkingu til að takast á við verkefni sín af öryggi.



Úlla tilbúin í hundaheimsókn en Ragnar eigandi hennar er sjálfboðaliði í Hundavinum



AÐSTOÐ EFTIR AFPLÁNUN

STUÐNINGUR FYRIR ÖLL



Verkefnið Aðstoð eftir afplánun styður einstaklinga sem eru í afplánun eða að ljúka henni, með mannúðlegum og persónulegum stuðningi. Verkefnið byggir á gildum Rauða krossins um virðingu fyrir mannlegri reisn og félagslega þátttöku og er mikilvægt framlag til þess að draga úr jaðarsetningu og stuðla að farsælli endurkomu í samfélagið.

Verkefnið er liður í því að tryggja að fólk sem hefur afplánað dóm fái tækifæri til að endurbyggja líf sitt, styrkja stöðu sína í samfélaginu og minnka líkur á endurkomu í fangelsi. Með markvissum

stuðningi er hægt að aðstoða einstaklinga við að efla getu sína til að takast á við áskoranir, efla sjálfstraust og tryggja aðgengi að þeirri þjónustu sem þeir eiga rétt á. Að styðja við fólk eftir afplánun er þannig bæði mannúðlegt og mikilvægt skref í átt að réttlátara samfélagi og reynslan sýnir að slíkur stuðningur eykur líkur á jákvæðum breytingum og dregur úr líkum á endurkomu í fangelsi.

Á árinu voru mánaðarlegar heimsóknir í fangelsin á Litla-Hrauni, Sogni og Hólmsheiði til að kynna verkefnið, mynda traust og halda tengslum við



Aðstoð eftir afplánun, framhald

einstaklinga í afplánun. Starfsmaður fór í heimsóknir ásamt sjálfboðaliða og eru heimsóknirnar mikilvægur þáttur í verkefninu þar sem þær skapa grunn að opnu samtali og áframhaldandi þátttöku. Lögð var sérstök áhersla á markvissa eftirfylgd með bæði þátttakendum og sjálfboðaliðum, enda skiptir stöðugur stuðningur og gott utanumhald miklu máli fyrir árangur til lengri tíma.

Eftirfylgd með þátttakendum og sjálfboðaliðum er lykilþáttur í verkefninu og er í höndum verkefnastjóra. Það er flókið að koma úr afplánun og margt sem þarf að halda utan um og þar er góður stuðningur mikilvægur hlekkur í hvernig gengur.



20

UMSÓKNIR BÁRUST UM ÞÁTTTÖKU Í VERKEFNINU

Verkefnið nýtur mikils trausts og áhuga og hefur gengið vel að virkja sjálfboðaliða. Á árinu voru 26 virkir sjálfboðaliðar í fjölbreyttum hlutverkum. Á árinu bárust 23 umsóknir um þátttöku og sjö þátttakendur kláruðu áætlaðan tíma í verkefninu. Allar jákvæðar breytingar eru mikilvægur árangur fyrir gestgjafa, fjölskyldu hans og samfélagið í heild.

Saman að betri stuðningi

Öflugt samstarf við helstu samstarfsaðila er grundvallarþáttur í árangursríku starfi og tryggir að þjónusta við einstaklinga eftir afplánun verði samfelld og markviss. Á árinu var unnið náið með fjölmörgum aðilum, þar á meðal Fængelsismálastofnun, Vernd og Afstöðu, auk þátttöku í þverfaglegu samstarfi innan EXIT – leið út úr afbrotum. EXIT samstarfið er eitt af góðum dæmum um hvernig samvinna ólíkra kerfa og fagaðila getur elft stuðning við einstaklinga sem vilja stíga út úr afbrotum, aukið líkur á farsælli endurhæfingu og stuðlað að auknu öryggi í samfélaginu.



Aðstoð eftir afplánun, framhald

Konukvöld dýrmæt viðbót

Í september bættist við nýr þáttur í verkefninu, Konukvöld á Hólmsheiði. Fangelsiskerfið er að mestu mótað með þarfir karla í huga og konur í afplánun eru í minnihluta, sem getur leitt til aukinnar einangrunar og færri tækifæra til félagslegrar virkni. Konur í afplánun eiga oft við flókinn félags- og heilbrigðisvanda að etja og í afplánun eru takmörkuð tækifæri til félagslegrar virkni.

„...gefa manni stuðning og pepp og eru alltaf tilbúnar að hlusta...“

Þátttakandi á Konukvöldi

Konukvöldin eru haldin vikulega þar sem tveir sjálfbóðaliðar mæta í fjórar klukkustundir og bjóða upp á fjölbreytta dagskrá með áherslu á vellíðan, sjálfsmynd, sálfélagslegan stuðning og jákvæða samveru. Sjálfbóðaliðahópurinn samanstendur af tíu kvenkyns sjálfbóðaliðum ásamt verkefnastjóra sem sér um skipulag og ut-
anumhald verkefnis. Dagskráin er mótuð í nánú samráði við konurnar sjálfar, í anda virks notenda-samráðs.



Konukvöld: Sigríður Birna sjálfbóðaliði og Theodóra fangavörður á Hólmsheiði.



34

KONUKVÖLD HALDIN

„...Svo æðislegt að spjalla við þær sem koma...“

„...líður miklu betur með sjálfa mig...“

Þátttakendur á Konukvöldum



Aðstoð eftir afplánun, framhald



Frá konukvöldi.



13

**KONUR MÆTA AÐ MEÐALTALI Á
HVERT KONUKVÖLD**

Konukvöldin hafa reynst mikilvæg og þörf viðbót við starfsemina og skapað öruggt rými þar sem konur geta styrkt sjálfsmynd sína, brotið einangrun og byggt upp jákvæð félagsleg tengsl.

„...We can make us pretty and take care of ourself...”

„...Ladies Night I can do my self good...”

„...Ladies Night is one form of you feeling like in your home...”

Þátttakendur á Konukvöldum



Aðstoð eftir afplánun, framhald

Hundaheimsóknir á Hólmsheiði

Á árinu hófust hundaheimsóknir á Hólmsheiðinni í samstarfi við Fangelsismálastofnun og Félagsverkefnin. Markmiðið er að bjóða upp á fjölbreyttari sálfélagslegan stuðning þar sem margir einstaklingar tengja sérstaklega við dýr og upplifa ró, öryggi og gleði í samskiptum við hunda. Hundaheimsóknir geta dregið úr streitu, aukið vellíðan og stutt við andlega heilsu, á sama tíma og þær hvetja til jákvæðrar samveru og veita tilfinningalega tengingu sem getur verið erfitt fyrir suma að ná í mannlegum samskiptum.

Hundaheimsóknirnar hafa reynst jákvæð viðbót við starfsemina og undirstrika mikilvægi þess að hafa fjölbreytt úrræði til að mæta ólíkum þörfum þeirra sem eru í afplánun, enda er hópurinn langt frá því að vera einsleitur.



Hundavinir á Hólmsheiði, sjálfboðaliðarnir Benidikt og Maríanna og hundarnir Tindra og Kasper

Horft fram á veginn

Verkefnið stendur á traustum grunni og nýtur góðs samstarfs við Fangelsismálastofnun, fangelsin, sjálfboðaliða og þátttakendur. Á næsta ári verður áfram lögð áhersla á að styrkja stuðning við þátttakendur, efla notendasamráð og þróa enn frekar einstaklingsmiðaðan stuðning með það að markmiði að draga úr brotthvarfi úr verkefninu. Markmiðið er að fleiri einstaklingar geti nýtt sér stuðninginn í lengri tíma og helst það ár sem verkefnið býður upp á og þannig aukið líkur á varanlegum jákvæðum breytingum.



HUNDAHEIMSÓKNIR



14

**ÞÁTTTAKENDUR MÆTA AÐ
MEÐALTALI**



Aðstoð eftir afplánun, framhald

Sjálfböðaliði í Aðstoð eftir afplánun

Hvað hvatti þig til að taka þátt sem sjálfböðaliði?

Upphaflega var það námið mitt í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands sem kveikti áhuga minn. Mér finnst sérstaklega áhugavert að fá tækifæri til að aðstoða fólk sem er í afplánun - hóp sem oft fær lítið rými og skilning í samfélaginu.



Eygló Ósk Arnfreysdóttir, sjálfböðaliði

Hvernig hefur verkefnið haft áhrif á þig?

Reynslan hefur verið mjög jákvæð og lærdómsrík. Hún hefur aukið áhuga minn á málaflokknum og styrkt þá tilfinningu að ég vilji leggja enn meira af mörkum.

Hvernig finnst þér sjálfböðaliðastarf hafa áhrif á samfélagið?

Ég tel að sjálfböðaliðastarf hafi gríðarlega jákvæð áhrif á samfélagið, bæði fyrir þá sem taka þátt sem sjálfböðaliðar og fyrir þá sem njóta þjónustunnar. Góð samskipti, hlustun og einlægur áhugi skipta ótrúlega miklu máli fyrir líðan fólks í daglegu lífi og geta haft meiri áhrif en margir gera sér grein fyrir.

Af hverju ætti fólk að prufa sjálfböðaliðastarf?

Vegna þess að það er ótrúlega gefandi. Þú færð innsýn inn í nýjar hliðar á "kerfinu" á Íslandi og sérð með eigin augum hversu mikil þörf er á þessu mikilvæga verkefni. Þetta er reynsla sem breytir bæði sýn og viðhorfum.

Eygló Ósk Arnfreysdóttir, sjálfböðaliði í Aðstoð eftir afplánun.

KVENNADEILDIN

Kvennadeild Reykjavíkurdeildar Rauða krossins var stofnuð árið 1966 af stórhuga konum og er það enn grunnurinn að starfi deildarinnar í dag. Breytingar hafa að orðið á starfinu í gegnum árin og sjálfboðaliðum fækkað með breyttum tímum, en enn sem fyrr leggja sjálfboðaliðar sitt af mörkum til góðra verkefna. Sjálfboðaliðar í deildinni eru um 80 talsins.



KVD í Smiðjunni, nýbyggingu Alþingis.

Þrátt fyrir að húsnæði Rauða krossins hafi flutt tímabundið í Víkurhvarf hittist þrjónahópurinn á hverjum fimmtudegi kl. 13 - 15 yfir vetrartímann. Mesta vinna hópsins er sem fyrr sú sem unnin er heima við. Þá fáum við oft þrjónavörur frá konum, sem eru ekki í deildinni, en vilja styrkja starfið. Árið 2025 jókst salan enn, þó að ekki hafi verið haldinn jólabasar.

Sjálfboðaliðar sjá um afgreiðslu í sölubúðum okkar tvo eða þrjá tíma á dag. Sumir hafa fastar vaktir hálfsmánaðarlega eða oftar. Aðrir taka aukavaktir og leysa af þegar á þarf að halda.

Sölubúðin á Landspítalanum í Fossvogi er opin kl. 9-18 virka daga, og kl. 10-16 um helgar.



80

**SJÁLFBODALIÐAR ERU
Í KVENNADEILDINNI**

**Á ÁRINU 2026
MUN DEILDIN FAGNA**

60 ÁRA AFMÆLI

Sölubúðin á Landspítalanum á Hringbraut er opin kl. 9-16 virka daga, þar sem aðalinngangurinn er hvorki opin eftir þann tíma né um helgar.

Deildin er með sjálfsala á spítölunum, á Kvennadeild Landspítalans og á Grensásdeild, suma í samvinnu við Ölgerð Egils Skallagrímssonar.

Í byrjun ársins var ágóða af sölu hannyrða í sölubúðum, á Jólabasarnum 2024 og af sölu minningarkorta afhentur til verkefnisins Frú Ragnheiður - skaðaminnkun.



Kvennadeildin, framhald

Stærsti hluti ágóða af rekstri sölubúðanna var notaðir til að styrkja Öldrunardeild Landspítalans á Landakoti, en einnig Kvennadeild Landspítalans.

Því miður var enginn jólabasar haldinn í ár. Var það aðallega vegna húsnæðisleysis, og verður basarinn væntanlega aftur í Efstaleitinu í nóvember 2026.

Eins og áður hittust sjálfboðaliðar á aðalfundi deildarinnar. Sumarferð deildarinnar var að þessu sinni farin til Grindavíkur og í stað haustfundar

var farið í heimsókn í Smiðjuna, nýbyggingu Alþingis. Jólagleðin var svo á sínum stað á Grand Hótel Reykjavík. Ánægjulegt er hvað margir sjálfboðaliðar mæta á þessa viðburði.

Á árinu 2026 mun deildin fagna 60 ára afmæli og er farið að undirbúa það.

FÖT SEM FRAMLAG

Prjónahópur í Mosfellsbæ



Í hópnum „Föt sem framlag“ í Mosfellsbæ starfa 12 konur sem hittast í Brúarlandi í húsnæði eldri borgara í Mosfellsbæ. Þetta er þéttur og skemmtilegur hópur sem prjónar, heklar, spjallar og fær kaffi.

Hópurinn prjónar ýmis ullarföt, peysur, sokka, vettlinga, húfur, trefla og legghlífar og fær mest efni hjá fataflokkun Rauða krossins. Þær taka einnig glaðar á móti afgangsgarni frá fólki sem veit af starfi þeirra.

Ístex gaf hópnum Fjallalopa sem var tilraunaverkefni hjá þeim og gat hópurinn prjónað heilmikið af peysum úr þeim lopa.

Hópurinn hefur einnig saumað innkaupapoka úr afgangsefni frá fataflokkun Rauða krossins og hafa þeir selst vel í Mosfellsbakaríi.



12

**KONUR STARFA Í PRJÓNAHÓPNUM
„FÖT SEM FRAMLAG“**

Stjórn Höfuðborgardeildar Rauða krossins

Fanney Birna Jónsdóttir - formaður / formadur.reykjavik@redcross.is

Þorsteinn Jónsson - gjaldkeri / gjaldkeri.reykjavik@redcross.is

Helga Sif Friðjónsdóttir - meðstjórnandi

Guðfinna Guðmundsdóttir - meðstjórnandi

Margrét Gauja Magnúsdóttir - meðstjórnandi

Þorsteinn Árnason Sürmeli - meðstjórnandi

Indriði Þröstur Gunnlaugsson - meðstjórnandi

Ali Ali Tahseen - varamaður

Hákon Skúlason - varamaður

Stjórn Kvennadeildar Rauða krossins

Halldóra Ásgeirsdóttir - formaður / form.kvennadeild.rvk@redcross.is

Laufey Kristjónsdóttir - varaformaður

Sigrún Jónsdóttir - gjaldkeri stjórnar / gjaldkeri.kvennadeild.rvk@redcross.is

Guðrún Kristinsdóttir - ritari

Vala Rós Ingvarsdóttir - meðstjórnandi

Eygló Dóra Garðarsdóttir - meðstjórnandi

Elínborg Einarsdóttir - meðstjórnandi

Sigurrós Kristjánsdóttir - varamaður

Særún Albertsdóttir - varamaður

Svandís Hauksdóttir - varamaður

Starfsfólk Höfuðborgardeildar

Ósk Sigurðardóttir deildarstjóri

Starfsfólk Skaðaminnkunar

Sigríður Ella Jónsdóttir - teymisstjóri Skaðaminnkun

Kristín Andrea Pálsdóttir - hjúkrunarfræðingur skaðaminnkunarverkefna

Sóley Kristín Guðbjartsdóttir - verkefnastjóri Frú Ragnheiður

Katrín Björk Guðmundsdóttir - verkefnastjóri Skaðaminnkun

Svala Dís Sigurðardóttir - verkefnastjóri Ylja neyslurými

Hrafnhildur Kjartansdóttir - hjúkrunarfræðingur Ylja neyslurými

Hildur Harðardóttir - hjúkrunarfræðingur Ylja neyslurými

Helga Margrét Gísladóttir - hjúkrunarfræðingur Ylja neyslurými

Birta Líf Bjarkadóttir - hjúkrunarfræðingur Ylja neyslurými

Hjördís Ylfa Stefánsdóttir - hjúkrunarfræðingur Ylja neyslurými

Adama Ndure - hjúkrunarfræðingur Ylja neyslurými

Jónína Bogadóttir - ábyrgur hjúkrunarfræðingur Skaðaminnkun

Þórir Hall Stefánsson - verkefnastjóri Frú Ragnheiður

Tímastarfsfólk

Margrét Dís Yeoman - hjúkrunarfræðingur Ylja
Thelma Rós Sigurðardóttir - tímastarfsmaður Ylja
Þórhildur Margrét Þórðardóttir - tímastarfsmaður og hjúkrunarfræðingur Ylja
Helgi Seljan Jóhannsson - tímastarfsmaður Ylja
Aníta Runólfssdóttir - bakvaktir Frú Ragnheiður
Sigurbjörg Birgisdóttir - bakvaktir Frú Ragnheiður
Steinunn Ólafsdóttir - tímastarfsmaður Ylja
Anna Karen Guðmundsdóttir - tímastarfsmaður Ylja
Guðrún Gígja Aradóttir - tímastarfsmaður Ylja
Karen Brá Bjarnfreðsdóttir - tímastarfsmaður Ylja
Karitas Björg Ívarsdóttir - tímastarfsmaður Ylja
Nikolina Ýr Paic - tímastarfsmaður Ylja
Olgeir Guðmundsson - tímastarfsmaður Ylja

Starf með flóttafólki

Guðrún Brynjólfssdóttir - teymisstjóri í málefnum flóttafólks
Þorsteinn Valdimarsson - verkefnastjóri í málefnum flóttafólks
Mohammed Raheem - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Iryna Hordiienko - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Caterina D'Onofrio - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Þorbjörg Margrét Guðnadóttir - verkefnastjóri í málefnum flóttafólks
Tabitha Rose Jonsson - verkefnastjóri í málefnum flóttafólks
Nataliia Pelypets - verkefnastjóri í málefnum flóttafólks
Sausan Kassam - verkefnastjóri í málefnum flóttafólks
Natasha Stolyarova - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Karla Isabel Johnson - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Lilja Guðmundsdóttir - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Úlfhildur Ólafsdóttir - teymisstjóri í málefnum flóttafólks
Nawras Zaher Eldeen - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Lina Haidar Hatem - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Hildur Ýr Jónsdóttir - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks
Mía Kendall - sjálfboðaliði í fullu starfi
Carolina Martín García - sjálfboðaliði í fullu starfi
Monica Velasco Cid - sjálfboðaliði í fullu starfi
Marianna Gorgerino - sjálfboðaliði í fullu starfi

Starf í félagsverkefnum

Alda Björk Harðardóttir - verkefnastjóri í félagsverkefnum
Guðrún Svava Viðarsdóttir - verkefnastjóri í félagsverkefnum
Rósa Jóhannsdóttir - verkefnafulltrúi í félagsverkefnum
Tinna Eyberg Örlýgsdóttir - verkefnastjóri í Aðstoð eftir afplánun

Starfskonur Kvennadeildar

Sonja Kristín Sverrisdóttir - verslunarstjóri verslunar á Landspítala í Fossvogi

Guðrún Jósafatsdóttir - verslunarstjóri verslun Landspítala við Hringbraut

Stjórn Rauða krossins þakkar eftirtöldu starfsfólki sem lét af störfum á árinu

Jónína Bogadóttir - ábyrgur hjúkrunarfræðingur Skaðaminnkunar

Þórir Hall Stefánsson - verkefnastjóri Frú Ragnheiður

Steinunn Ólafsdóttir - tímastarfsmaður Ylja

Natasha Stolyarova - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks

Karla Isabel Johnson - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks

Lilja Guðmundsdóttir - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks

Úlfhildur Ólafsdóttir - teymisstjóri í málefnum flóttafólks

Nawras Zaher Eldeen - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks

Lina Haidar Hatem - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks

Hildur Ýr Jónsdóttir - verkefnafulltrúi í málefnum flóttafólks

Mía Kendall - sjálfboðaliði í fullu starfi

Carolina Martín García - sjálfboðaliði í fullu starfi