



Rauði krossinn
Reykjavík

ÁRSSKÝRSLA 2019

Efnisyfirlit

Ávarp formanns og forstöðumanns	4
Sjálfboðaliðar í Rauða krossinum í Reykjavík	5
Kvennadeild Rauða krossins	6
Starf í hverfum Reykjavíkur: Breiðholt	6
Karlar í skúrum	7
Skiptimarkaður með barnaföt	7
Jaðarsettir hópar	
Vin, fræðslu- og batasetur	8
Konukot - næturathvarf fyrir heimilislausar konur	9
Konukotsmarkaður	10
Frú Ragnheiður, skaðaminnkun	10
Heilbrigðisþjónusta í Frú Ragnheiði	12
Prengingar	
Heimsóknarþjónusta	14
Fatakort	15
Áfallasjóður	16
Innflytjendur og flóttafólk	
Welcome to Iceland	16
Leiðsögumenn flóttafólks	17
Starf með innflytjendum	18
Stop looking and start seeing	19
Krakkanám - námsaðstoð	20
Bjargir	
EVS sjálfboðastarf	20
What I think about when I think about volunteering	21
Fjáröflun	22
Bergmál	23
<i>Verkefni með ungu fólki</i>	
Studd í spuna	24
Monday Club	25
Stjórn, verkefnastjórnir og starfsmenn	26

Ávarp formanns og forstöðumanns Rauða krossins í Reykjavík

Pegar lítið er yfir árið 2019 og verkefnin sem Rauði krossinn í Reykjavík hefur unnið að má sjá að sjálfböðaliðar og starfsfólk deildarinnar hafa ekki setið auðum höndum. Verkefni deildarinnar eru fjölbreytt og miða öll að því að aðstoða fólk í nærsamfélaginu okkar, tala máli mannúðar og styðja við þá sem standa höllum fæti.

Sterk verkefni halda áfram hjá deildinni, námsaðstoð barna af erlendum uppruna vex og dafnar í góðu samstarfi við bókasöfnin undir nýju nafni Krakkanám. Um haustið var tekið á móti nýjum hópi kvótaflóttafólks. Slíkt verkefni krefst vinnu, en með samstilltu átaki sjálfböðaliða, starfsmanna Rauða krossins og starfsmanna móttökuveitarfélaga hefur móttakan gengið framár björtustu vonum. Þá má nefna að smærri verkefni á borð við Studd í spuna, skiptifatamarkaði og ungmennastarf ganga vel og eru vel sótt af þeim sem það kjósa.

Í auknum mæli leggur Rauði krossinn í Reykjavík áherslu á að fá fjölbreyttan hóp sjálfböðaliða til liðs við sig. Sjálfböðaliðamiðstöð leggur áherslu á að ná til fólks með ólíkan bakgrunn, reynslu og sýn á lífið til að starfa við hreyfinguna. Með fjölbreyttum hópi sjálfböðaliða sem endurspeglar samfélagið sem við störfum í erum við líklegri til að njóta trausts og ná til sem flestra. Að sama skapi nýtur félagið mannauðsins sem býr í sjálfböðaliðahópnum. Sem dæmi má nefna einstaklinga sem nýlega hafa fengið stöðu flóttafólks og sinna nú sjálfböðastarfi í Opnu húsi og einstaklingar sem nýta þjónustu Frú Ragnheiðar og sinna einnig ráðgjöf í verkefnum tengdum skaðaminnkun.

Árið 2019 var tími breytinga. Markmið og verkefni eru í stöðugri endurskoðun og töluverðar breytingar fylgdu í kjölfarið. Deildir á höfuðborgarsvæðinu tóku höndum saman þegar 45 ára gamalt verkefni heimsóknarinnar á svæðinu var sameinað undir einum hatti hjá Rauða krossinum í Kópavogi. Er það von, að með því skapist hagræðing í starfi og móttaka sjálfböðaliða og þjálfun þeirra verði öll með sama hætti á höfuðborgarsvæðinu. Er



Árni Gunnarsson formaður Rauða krossins í Reykjavík. Marín Þórsdóttir forstöðumaður Rauða krossins í Reykjavík.

Þetta enn eitt skrefið í samræmdu starfi deilda á höfuðborgarsvæðinu, en nú þegar sinnir Rauði krossinn í Hafnarfirði og Garðabæ félagstarfi fyrir hælisleitendur og verkefninu Karlar í skúrum, en einn slíkur skúr var opnaður í Breiðholti á haustdögum.

Breytingar á starfi Kvennadeildarinnar urðu þegar ákveðið var að fara í breytingar á starfinu og starfsmannahópnum því til hagræðingar. Kvennadeild Rauða krossins hefur starfað sem undirdeild Rauða krossins í Reykjavík frá upphafi og hefur starfið verið með áherslu á þjónustu við fólk á sjúkrahúsum borgarinnar.

Starfið í Konukoti heldur áfram með dyggum stuðningi frá Reykjavíkurborg. Hópurinn sem nýtir athvarfið stækkar og gistinóttum fjölgar frá ári til árs. Gestir Konukots hafa flóknar þjónustubarfir og segja má að verkefnið hafi þyngst verulega á milli ára. Því hefur verið reynt að komast til móts við gesti Konukots með því að auka við vaktir starfsfólks sem starfar samhliða sjálfböðaliðum.

Frá 2014 hefur Rauði krossinn í Reykjavík deilt húsnæði með landskrifstofu Rauða kross Íslands. Hefur sambýlið gengið vel en síðustu misseri hefur þrengt verulega

að starfsemi Rauða krossins í Reykjavík og brýnt er að finna langtíma lausn á húsnæðiskosti deildarinnar. Núverandi skrifstofurými hentar vel fyrir skrifstofu og umsýslu starfsins, en þjónar illa skjólstaðingum deildarinnar, enda húsnæðið í raun ekki hannað sem slíkt. Það er von forystu deildarinnar að farsæl lausn á húsakostum deildarinnar og landsskrifstofu verði fundin á nýju ári.

Fram undan eru spennandi tímar enda verkefni deildarinnar í stöðugri þróun. Deildin hugar að nýjum verkefnum og eldri verkefni finna sér farveg á nýjum vettvangi. Það er markmið Rauða krossins í Reykjavík að vera vakandi fyrir breytingum, vel upplýst um þrengingar í samfélaginu og bregðast við með mannúð að leiðarljósi.



Konukot

Ég sótti um sjálfböðaliðastarf hjá Rauða krossinum fyrir um tveimur árum og byrjaði að starfa í Konukoti stuttu síðar. Ég hef alltaf haft gaman af að umgangast alls konar fólk og hef haft mikla ánægju af samskiptum mínum við gesti Konukots, starfsfólk og aðra sjálfböðaliða. Starfið getur að vissu verði erfitt á stundum en að sama skapi mjög gefandi. Við höfum flestar sömu langanir og þrjár í lífinu og oft háð tilviljunum hvernig spilast úr þeim spílum sem okkur eru gefin. Það er því góð tilfinning að geta gert þeim konum, sem til okkar sækja, lífið bærilægri um stund.

Sjálfböðaliðar í Rauða krossinum í Reykjavík

Sjálfböðaliðar Rauða krossins hafa sjaldan verið fleiri. Umfang verkefna félagsins er að aukast og skuldbinding samborgaranna eykst samhliða. Það sýnir okkur að það er geta og vilji til þess að takast á við þrengingar og áskoranir sem við stöndum frammi fyrir. Mikilvægi sjálfböðaliða hefur að sama skapi sjaldan verið jafn augljóst, það er nóg að leiða hugann að því grettistaki sem sjálfböðaliðar hafa lyft síðustu vikur og mánuði. Mikilvægi sjálfböðaliða birtist þó ekki eingöngu í þeim verkum sem þeir inna af hendi, heldur helst í þeirri staðreynd að í samfélaginu okkar eru fleiri þúsund manns sem vinna sjálfböðastörf af fúsum og frjálsum vilja, með mannúð að leiðarljósi.



Sjálfböðaliðar í desember við árlega jólakakó fjárfötlun.

Sjálfböðaliðamiðstöð

Sjálfböðaliðamiðstöð er samvinnuverkefni deildanna fjögurra á höfuðborgarsvæðinu, í Reykjavík, í Kópavogi, í Hafnarfirði og Garðabæ, og í Mosfellsbæ. Þar er tekið á móti öllum þeim sem eru áhugasamir um að gerast sjálfböðaliðar. Markmið Sjálfböðaliðamiðstöðvar er fyrst og fremst að tryggja að hjá félaginu starfi áhugasamir og vel þjálfðir sjálfböðaliðar í verkefnum við hæfi og styðja við starfsfólk sem stjórnar sjálfböðaliðum. Sjálfböðaliðar eru grunnstoð félagsins og sjálfböðið starf ein af grundvallarhugsjónum Rauða krossins. Við viljum hlúa vel að sjálfböðaliðum og að Rauði krossinn sé fyrsti kostur þeirra sem hafa áhuga á sjálfböðnu starfi í mannúðarmálum.

Árið í tölum

Sjálfböðaliðar Rauða krossins í Reykjavík starfa í fjölbreyttum verkefnum í sínu nærumhverfi. Eins og áður þá sýnir árs-

skýrslan hversu umfangsmikið starfið er og verkefni sjálfböðaliða mörg. Á höfuðborgarsvæðinu störfuðu um 1400 einstaklingar í árslok 2019 í rúmlega 1500 stöðum, en fjölmargir sjálfböðaliðar taka þátt í fleiri en einu verkefni. Það er um 5% aukning frá því árið áður. Af þeim störfuðu um 830 hjá Rauða krossinum í Reykjavík. Auk þeirra er ótalin hópur sjálfböðaliða sem lagði sitt af mörkum til skemmri tíma eða við tilfallandi verkefni, s.s. háskóla- og framhaldsskólarnemar, fyrirtækjahópar, vinahópar eða klúbbar.

Heldur færri umsóknir um sjálfböðastörf bárust en árið áður. Árið 2018 bárust 1053 en í ár bárust 956. Heildarfjöldi umsækjenda sem gerðust sjálfböðaliðar var einnig lægri en árið 2018 en þó jókst hlutfall umsækjenda sem gerðust sjálfböðaliðar milli ára. Eins voru fleiri sjálfböðaliðar starfandi í árslok 2019 en árið áður.

Hverjir geta orðið sjálfböðaliðar?

Það er mikilvægt að sjálfböðaliðahópurinn endurspegli samfélagið sem starf að er í. Sjálfböðastörf geta verið valdeflandi, fólk fær tækifæri til að vikka eða efla tengslanetið sitt, öðlast nýja hæfni og þekkingu á sama tíma og það lætur gott af sér leiða til samfélagsins. Fjölbreytileiki meðal sjálfböðaliða getur til dæmis falist í kynþætti, þjóðerni, kyni, kynhneigð, félags- og efnahagslegri stöðu, aldri, fötlun, og trúarbrögðum. Ávinningur fjölbreytts sjálfböðaliðahóps

er ekki síst fyrir félagið en með því að virkja hina ólíku hæfileika og kosti innan hans erum við mun líklegri til að ná markmiðum Rauða krossins.

Allir ættu að geta fundið verkefni við sitt hæfi og áhugasvið hjá Rauða krossinum. Í Sjálfböðaliðamiðstöð eru veittar upplýsingar og aðstoð við verkefnaval. Skráðu þig á raudikrossinn.is og við höfum samband um hæl! +



Starf með ungu fólki - komið á schedule

Það sem ég hef lært um sjálfan mig í sjálfböðaliðastarfi Rauða krossins er að við höfum flest fordóma af einhverju tagi, og til þess að geta unnið í sjálfböðaliðastarfi þarf maður að leggja þessa fordóma niður og gefa sér tíma til að læra aðeins um sjálfan sig og hvaðan þessir fordómar koma. Mér hefur fundist ótrúlegt hversu mikil áhrif ein manneskja getur haft bara með því að gefa tímann sinn. Hvað maður lærir mikið á sjálfan sig og samfélagið aðeins með því að vinna með öðru fólki og kynnast öðrum menningarheimum. Sjálfböðaliðastarfið í Rauða krossinum hefur haft þau áhrif á mig að ég tek á móti fólki eins og það er, ekki dæma fólk áður en þú kynnist því, hver og einn einstaklingur hefur upp á eitthvað að bjóða, og allir hafa sína sögu. Maður þarf bara að gefa sér tíma til að hlusta og læra.

Kvennadeild

Rauða krossins í Reykjavík

Kvennadeild Rauða krossins í Reykjavík var stofnuð árið 1966. Markmið deildarinnar hefur frá upphafi verið að bæta líðan aldraðra og sjúka. Félagar í deildinni eru um 150, en starfandi sjálfbóðaliðar um 100 talsins.



Guðrún Guðbjörnsdóttir sjálfbóðaliði í sölubúð Kvennadeildar á Borgarspítalanum

Fjölbreytt verkefni Kvennadeildar

Deildin starfrækir bókaþjónustu á dvalar- og hjúkrunarheimilinu Grund, í Landakotsspítala og í Mörk hjúkrunarheimili. Tveir sjálfbóðaliðar heimsækja hvern stað vikulega og bjóða íbúum og gestum að fá að láni efni sér til gagns og gamans. Útlán á árinu voru 2.205 bækur og hljóðbækur og nýttu 1.233 einstaklingar sér bókaþjónustuna.

Þrjónahópur Kvennadeildarinnar hittist á hverjum fimmtudegi yfir vetrarmánuðina og vinnur að vönduðu og fallegu handverki. Auk hópsins vinna margir sjálfbóðaliðar Kvennadeildarinnar að heiman við ýmsa handavinnu. Afrakstur ársins er til sölu í búðum Kvennadeildarinnar en sérstaklega á jólabasar deildarinnar.

Fastur liður í undirbúningi jóla

Hinn árlegi jólabasar Kvennadeildarinnar var haldinn í aðdraganda jóla þann 16.

nóvember 2019. Þá koma sjálfbóðaliðar saman og bjóða gestum og gangandi að gera góð kaup og selja vandað og fjölbreytt handverk, gómsætar heimbakaðar kökur og brauð. Allur ágóði er gefinn til verkefna Rauða krossins, en í ár var valið að veita verkefninu Krakkanám gjöf að andvirði 600.000 kr.

Að auki rekur Kvennadeildin sölubúðir og sjálfsala á Landspítalanum við Hringbraut og í Fossvogi í fjáröflunarskyni til mannúðarmála, sem og sjálfsala á Grensásdeild - Endurhæfingardeil Landspítalans og á Landakotsspítala.

Breytingar á rekstri

Miklar breytingar urðu á rekstri Kvennadeildarinnar á árinu. Allt bókhald, greiðsla reikninga og launa færðist á fjármálasvið Rauða krossins á Íslandi í byrjun ársins. Þá var lagt niður launað starf skrifstofustjóra Kvennadeildar og tók stjórn Kvennadeildarinnar að sér önnur verkefni skrifstofustjórans. Samn-

Starf í hverfum Reykjavíkur:

Breiðholt

Í Breiðholti rekur Rauði krossinn í Reykjavík verkefni með stuðningi Reykjavíkurborgar og hverfisbúa með það að markmiði að efla grasrótina og færa verkefni nær borgarbúum.

Rauði krossinn hefur aðstöðu í Menningarhúsinu Gerðubergi. Lögð er áhersla á að efla núverandi verkefni Rauða krossins í Reykjavík í hverfinu, m.a. námsaðstoð og heimsóknarþjónustu, auk nýrra verkefna á borð við skiptimarkað með barnaföt og nú síðast verkefnið Karlar í skúrum.



Studd í spuna

Innan Studd í Spuna hef ég haft þau forréttindi að fylgjast með ungu fólki koma út úr skeljunum sínum og blómstra, á sama tíma og ég sinni einu af mínum helstu áhugamálum, sem að miklu leiti gaf mér sömu gjöf þegar ég var yngri. Starfið hefur einnig dýpkað mína hæfni og getu að skapa öruggt umhverfi þegar ég stjórna hlutverkaspilum, svo allt fólk við borðið geti prófað sig áfram og leift sér að vera berskjaldað. Það hefur verið mikil blessun, því fyrir mitt leiti þá liggur gleðin og tófrarnir í augnablikunum þar sem við uppgötuum falda kima innra með okkur, deilum þeim og fáum jákvæð viðbrögð.

ingur er sem fyrr á milli Kvennadeildar Rauða krossins í Reykjavík og Landspítalans um afnot af húsnæði fyrir verslunarrekstur, en Kvennadeildin styrkir öldrunardeildar spítalans.

Sjálfbóðaliðar Kvennadeildarinnar unnu alls 6.782 klst. af sjálfböðnu starfi árið 2019. +



Lyklar afhentir að húsnæðinu Arnarbakka 2. Frá vinstri, Þorsteinn Valdimarsson, Magnús Árnason, Daniela Zbikowska, Hörður Sturluson og Guðbjörn Jónsson.

Karlar í skúrum komnir í gang í Breiðholti

Rauði krossinn í Hafnarfirði og Garðabæ standa að verkefninu Karlar í skúrum. Fyrsti skúrverkefnisins opnaði í Hafnarfirði sumarið 2018.

Fyrir tilstilli samstarfs Rauða krossins í Reykjavík og Reykjavíkurborgar um uppbyggingu samfélagsverkefna í Breiðholti hlaut verkefnið aðstöðu í Arnarbakka.

Mikið verk var óunnið við afhendingu og vann þéttur kjarni karla óeigingjarnt starf við að standsetja og innrétta húsnæðið. Formleg opnun húsnæðisins var í nóvember og í lok árs voru 16 karlar skráðir í skúrinn og starfið að fara á fullt.

Heilsa og vellíðan, öxl í öxl

Markmið Karla í skúrum er að skapa aðstæður þar sem heilsa og vellíðan karlmanna er í fyrirrúmi, þar sem þeir halda sér við líkamlega, andlega og félagslega. Hugmyndafræðin byggist á rannsóknum þar sem fram kemur að karlmennum finnst best að tala saman þegar þeir eru að vinna með eitthvað í höndunum og þegar þeir standa saman öxl í öxl.



Magnús Árnason formaður skúrsins leiðbeinir borgarstjóra við prentun á bolla í tilefni af opnun skúrsins.

að skapa karlmennum vettvang til að hittast á þeirra eigin forsendum.

Skúrinn í Arnarbakka er opinn frá klukkun 10:00 á þriðjudögum og fimmtudögum. Áhugasamir eru hvattir til að kíkja við og fræðast meira um verkefnið. +

Barnið vex en brókin ekki Skiptimarkaður með barnaföt

Í Fjölskyldumiðstöðinni í Gerðubergi rekur Rauði krossinn í Reykjavík skiptimarkað með barnaföt. Viðburðurinn fer fram einn laugardag í mánuði yfir vetrartímann, og var haldinn níu sinnum á árinu. Markaðurinn er öllum opinn og nær til fólks jafnt innan og utan Breiðholts.

Markaðurinn hentar öllum barnafjölskyldum sem vilja stuðla að endurnýtingu og umhverfisvænum neysluháttum en fyrirkomulag markaðarins nýtist efna- minni hópum vel.

Barnið vex en brókin ekki, og þá er tilvalið að nýta sér skiptimarkaðinn og koma vel förunum og lítt slitnum flíkum áfram á næstu heimili.

Hægt er að fylgjast með á heimasíðu og Facebook síðu Rauða krossins til að sjá næstu viðburði auglýsta. +



Rósa Kristmundsdóttir sjálfbóðaliði raðar á borð markaðarins.

Vin - athvarf fyrir fólk með geðraskanir

Vin- fræðslu og batasetur er dagsetur fyrir fólk með geðraskanir. Eitt helsta hlutverk Vinjar er að draga úr einangrun, byggja upp félagslegt umhverfi og draga úr endurinnlögnum. Lögð er áhersla á fræðslu- og batamiðuð verkefni til að efla virkni og mæta þörfum þeirra einstaklinga sem sækja Vin með tilliti til þarfa og áhuga hvers og eins. Eins er áhersla á einstaklingsmiðaða nálgun og felst stór hluti starfseminnar að styðja gesti í þeirra daglegu athöfnum, sem stundum reynist áskorun fyrir fólk með geðfötlun. Dyggur bakhjarl Vinjar er Reykjavíkurborg.

Fjölbreytt tækifæri til virkni

Dagskrá Vinjar samanstendur af samveru, hádegisverði og hverskonar valdeflandi virkni svo sem húsfundum, geðklofafundum, Qi gong æfingum og slökun, húslestri, myndlist, tónlist, hannyrðum, skákkennslu, hópastarfi og vikulokakaffi. Einnig er boðið reglulega upp á ferðir á söfn, á veitingastaði, í leikhús og í ferðalög. Gestir eru hvattir til að koma með hugmyndir að dagskrárlíðum sem þeir hafa áhuga á að taka þátt í.

Vin er opið alla virka daga, en á haustin er vetrardagskrá á sunnudögum. Sjálfboðaliðar standa þá vaktina og taka á móti gestum, sem lengir opnunartíma Vinjar. Það dregur úr hættu á að rútína brotni upp yfir myrkustu mánuðina hjá þeim sem eru viðkvæmastir fyrir félagslegri einangrun.

Öll dagskrá er gerð með stuðningi starfsfólks og sjálfboðaliða og er markvisst leitast við að skapa jákvætt og öruggt umhverfi þar sem einstaklingurinn fær að blómstra í samskiptum og með þátttöku af eigin hvötum. Mikilvægt er að dagskrá Vinjar sé valkvæð, án of mikils þrýsting sem getur valdið nei-

kvæðu álagi á einstaklinga með þungar geðraskanir. Með fjölbreyttu framboði af virknihvetjandi verkefnum hefur náðst mjög góð þátttaka eða að meðaltali um 20 einstaklingar hverju sinni. Árið 2019 var viðburðarríkt eins og dagskrá Vinjar sýnir. Þer vott um en hún einkenndist af mikilli fjölbreytni, virkni og almennt mjög góðum anda yfir starfseminni. Stór þáttur í því að gestir upplifi öryggi og heimilislegt umhverfi með einstaklingsmiðaða batastefnu er að koma Rauða krossins að rekstrinum með tilheyrandi hlutleysisstefnu og mannúðarviðhorfi, auk þess sem markvisst er unnið gegn stofnanavæðingu.

Samstarf og þekkingaröflun

Í Vin eru nú fjögur stöðugildi og fimm starfsmenn. Ríflega 40 sjálfboðaliðar starfa við verkefnið. Að meðaltali sóttu 32 gestir Vin á degi hverjum árið 2019, en um 100 einstaklingar sækja Vin reglulega. Á hverjum degi taka um 20-30 einstaklingar þátt í skipulagðri dagskrá. Gestir Vinjar eru í meirihluta karlmenn, en hlutfall kvenkyns gesta hefur aukist undanfarið og er nú um 30%. Langflestir

gestir eru á miðjum aldri og lifa með þungri geðfötlun.

Á árinu 2019 hófst vinna við eiginlegri rannsókn í Vin þar hlutverk Vinjar er skoðað, og hvaða þýðingu Vin hefur fyrir gesti. Niðurstaðna er að vænta á haustmánuðum 2020. +



EVS sjálfboðaliði

Volunteering as full time job gave me a win - win experience. Living with the most minimal financial benefit and earning only bones to bones human experiences, you name it! Before starting my volunteering year I was coping with anxiety attacks for awhile! Was a huge doubt of my helping effort and the idea of making someone's life better while mine was in a fragile place. The beginning wasn't easy at all. Tried to help, and often couldn't. Still, kept going. Met loads of generous human beings. Realized how even the pain changes from a person to another. Had many responsibilities as a volunteer but practised one the most, LISTENING. Listening to a need, care, love, disappointment, thank you, cry, was all the meaning. My empathy started to swim in many different lives and never got tired. I was meeting people with the biggest strength of life, no matter how their past was drawn. I was helping people with the most beautiful meaning for life, while mine was grey. And that's when confusion started. Was I helping them, or were they helping me? The hunger of living life with the beauty of small things that life journey can give, my volunteering year was hitting me with very light colors. Couldnt believe how my everyday state was changing smoothly by the nature of my volunteer job and people I was spending time with. There is a big struggle while you volunteer; to balance the ability of help you can give and the need of help that is required out there!



Vin við Hverfisgötu.

Konukot

- neyðarathvarf fyrir heimilislausar konur

Aldrei hafa fleiri konur nýtt neyðarathvarfið Konukot en árið 2019. Alls leituðu 112 konur í athvarfið, og eins var töluverð aukning á gistingu sem samtals voru 3613. Af gestum Konukots árið 2019 voru 48 gestir að leita í athvarfið í fyrsta sinn.



Konukot

Fjölgun í hópi yngri gesta

Viðvera gesta í athvarfinu hefur aukist samhliða auknum fjölda einstaklinga og gistingu. Á árinu dvöldu 13 gestir yfir 100 nætur í athvarfinu. Viðvera þeirra gesta sem eiga við mikinn félagslegan og/eða geðrænan vanda að stríða án þess að glíma við fíknivanda eykst og eru þessir gestir oft með stöðuga viðveru í athvarfinu til lengri tíma.

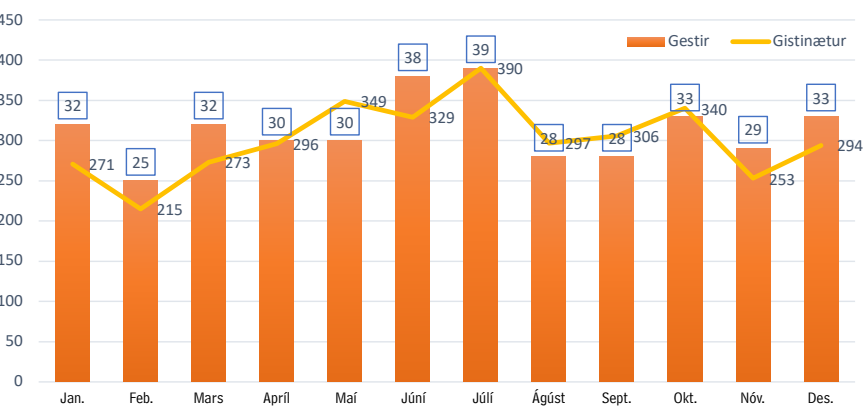
Stærsti hluti þeirra gesta sem leitar reglulega í athvarfið er með lögheimili í Reykjavík. Auk þeirra höfðu 26 gestir lögheimili í 12 öðrum sveitafélögum og fimm erlendir gestir leituðu í athvarfið á árinu. Yngsti gestur athvarfsins var 18

ára og sá elsti 72 ára. Á árinu sem leið mátti gæta aukningar í hópi yngri gesta, þ.e. á aldursbilinu 18-20 ára.

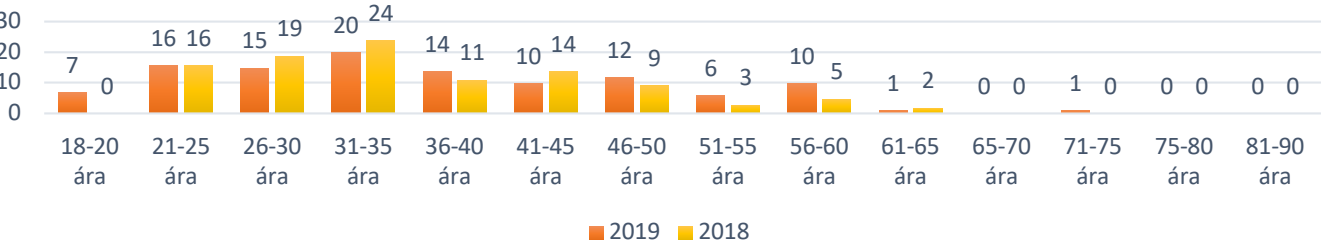
Varanleg búseta

Búsetuúrræðum fyrir konur með fjölþættan vanda hefur fjölgað nýlega. Þessi fjölgun hefur þegar haft jákvæð áhrif á gesti Konukots, en þrír gestir sem áður höfðu nýtt athvarfið til lengri tíma fengu varanlegt húsnaði á vegum Reykjavíkurborgar á árinu. Þó er þörfin fyrir fjölbreytt úrræði og varanlega búsetu enn rík, sem birtist skýrt í öllum tölum um Konukot.

Dreifing gistingu 2019



Aldursdreifing gesta í Konukoti 2018 og 2019



Aukinn stuðningur við gesti

Samningar sem gerðir voru við Reykjavíkurborg í byrjun árs fólu í sér aukna viðveru starfskvenna og standa nú starfskonur bæði kvöld- og næturvaktir. Með þessu er unnt að styðja betur við gesti Konukots. Á kvöldin starfa sjálfboðaliðar með starfskonum, en sjálfboðaliðar eru órjúfanlegur hluti af starfinu í Konukoti, að öllu jöfnu eru 60 sjálfboðaliðar virkir í starfi Konukots.

Mikilvægi sjálfboðaliðanna okkar kemur glöggst í ljós þegar framlag þeirra til Konukots er skoðað en árið 2019 unnu innlendir sjálfboðaliðar í Konukoti 3.573 klst. og sjálfboðaliðar á vegum Evrópsku ungmennaáætlunarinnar 750 klst.

Stuðningur við starfskonur og sjálfboðaliða

Í Konukoti starfa konur sem styðja aðrar konur. Í athvarfinu er unnið út skaðaminnkandi nálgun og áfallameðvituð, kynjamiðuð nálgun höfð að leiðarljósi.

Starfsmenn og sjálfboðaliðar fá góða þjálfun og fjölbreytta fræðslu um Rauða krossinn og Konukot en einnig fræðslu í skyndihjálpi, í sálrænum stuðningi, áföllum, og skaðaminnkun. Á árinu sóttu starfskonur t.a.m. ráðstefnu Rótarinnar Drögum (kynja) tjöldin frá: Til móts við kynjaða heildarsýn á áföll og fíkn og Áhrif áfalla og fíknar í fjölskyldum á vegum Félags Íslenskra Forvarna- og Vímuefnaráðgjafa. +

Konukotsmarkaður

Við Konukot í Eskihlíð 4 má finna hálfalinn fjársjóð. Þar er rekinn markaður á laugardögum milli kl. 12-16 og allur ágóði rennur beint til starfsemi Konukots.

Þéttur hópur sjálfbóðaliða á Konukotsmarkaði tekur á móti fatnaði og fylgihlutum frá almenningi, stillir upp og stíliserar auk þess að standa vaktina í skemmtilegu og notalegu andrúmslofti.

Hópur dyggra viðskiptavina stækkar frá ári til árs. Orðið berst manna á milli, sífellt fleiri kíkja við, en Konukotsmarkaður er eingöngu auglýstur á Facebook-síðu markaðsins. Viðskiptavinir tala um að það sé einstök upplifun að koma á markaðinn, og á suma rennur

hálf gert gullæði í leit að geymdum gersemum.

Allir sem versla á Konukotsmarkaði styðja við starfið í Konukoti. Að auki er stuðlað að umhverfisvernd með endurnýtingu, en ekki síst má gera einstaklega hagstæð kaup. Á Konukotsmarkaði gefst því öllum kostur á, óháð efnahag, að leggja sitt af mörkum til samfélagsins og standa vörð um umhverfið um leið.

Alls söfnuðust 4.400.000 kr. á árinu.+



Frú Ragnheiður – skaðaminnkun

Árið 2019 leituðu 514 einstaklingar til Frú Ragnheiðar og voru heimsóknir alls 4.149. 30% fleiri konur leituðu til verkefnisins árið 2019 miðað við árið áður.

Markmið Frú Ragnheiðar er að ná til heimilisláusra einstaklinga sem að nota vímuefni í æð og bjóða þeim skaðaminnkandi þjónustu í formi nálaskiptiþjónustu og heilbrigðisþjónustu. Skjólstæðingum stendur einnig til boða matur og drykkir,

hlý föt, útilegubúnaður, sálrænn stuðningur og ráðgjöf. Verkefnið fer fram í sér útbúnum bíl sem að veitir nærþjónustu alla daga vikunnar nema laugardaga frá klukkan 18:00-22:00. Markmiðið með nálaskiptiþjónustu er m.a. að draga úr

sýkingum og smitum á HIV og lifrabólgu, að koma á samskiptum við þennan afar jaðarsetta hóp og að lágmarka áhættuþegðun og ofskömmtnun meðal þeirra sem nota vímuefni í æð.

Heimsóknir í bílinn

Árið 2019 leituðu 514 einstaklingar til Frú Ragnheiðar, það eru 59 fleiri einstaklingar en árið 2018. Heimsóknir voru í heildina 4.149 talsins sem er 8% aukning. Stöðug aukning hefur verið á heimsóknum í Frú Ragnheiði en frá árinu 2015 hefur fjöldi heimsókna fjórfaldast.

Árið 2019 leituðu 30% fleiri konur til Frú Ragnheiðar en árið 2018, eða 146 konur. Í Frú Ragnheiði var lögð sérstök áhersla á að reyna að ná betur til kvenna innan markhópsins. Starfsfólk verkefnisins veitti konum sem leituðu til verkefnisins aukna eftirfylgni varðandi heilbrigðis- og félagslega vanda og veitti þeim auka stuðning með símaviðtölum. Jafnframt hringdu sjálfbóðaliðar öðru hvoru í kvenkynsskjólstæðinga og buðu þeim heimsókn í bílinn. Markmiðið með þessum inngripum var að byggja upp betra traust og trúnaðarsamband við kvenkyns skjólstæðinga. Þetta hafði þau áhrif að þær leituðu oftar til verkefnisins og létu aðrar konur vita af þjónustunni.

Þjónustan í Frú Ragnheiði

Nálaskiptiþjónustan vegur þýngst í Frú Ragnheiði eða um 62% allra heimsókna. Í nálaskiptiþjónustunni geta einstaklingar sem nota vímuefni í æð sótt hreinan sprautubúnað, smokka, nálabox og skil að af sér notuðum búnaði til förgunar. Markmiðið með nálaskiptiþjónustunni er að ná sambandi við afar jaðarsettan hóp í samfélaginu og veita þeim þjónustu og stuðning til að lágmarka áhættuna á smiti, sýkingum og ofskömmtnunum. Einnig er veitt fræðsla um öruggari sprautunotkun og skaðaminnkandi leiðbeiningar, eins og fræðsla um smitleiðir á HIV og lifrabólgu C, sýkingarvarnir og leiðir til að draga úr líkum á ofskömmtnunum á vímuefnum. Árið 2019 fengu 150 einstaklingar skaðaminnkandi leiðbeiningar og voru þessar leiðbeiningar 10% af þjónustu verkefnisins.

Veittur var sálrænn stuðningur og stuðningsviðtöl í 29% heimsókna. Margir af þeim sem leita til Frú Ragnheiðar glíma við fjölþættan vanda og eiga erf-

	2017	2018	2019
Fjöldi heimsókna	2.801	3.854	4.149
Fjöldi skjólstæðinga	400	455	514

ða áfallasögu að baki. Í Frú Ragnheiði er lögð áhersla á að hægt sé að leita í bílinn og fá sálrænan stuðning. Ef skjólstæðingar eru að upplifa mikla vanlíðan, eins og sjálfsvígshugsanir eða erfiðar afleiðingar ofbeldis, þá tekur starfsfólk við málunum og kemur þeim í réttan farveg innan heilbrigðis- og félagslega kerfisins, ásamt því að bjóða skjólstæðingum upp á stuðningsviðtöl á dagtíma.

Árið 2019 fengu 82% af þeim sem leituðu til Frú Ragnheiðar mat og drykk. Skjólstæðingahópur verkefnisins býr við jafnan við fátækt og glíma flestir við vímuefnavanda og eru þ.a.l. oft svöng og þyrst þegar þau leita í bílinn. 15% af þjónustunni fólst í að gefa skjólstæðingum hlýjan fatnað, en um 60% skjólstæðinga verkefnisins eru heimilisláusir. Frú Ragnheiður leggur áherslu á að húsnæðisláusir (e.rough sleeping) einstaklingar geti leitað í bílinn og fengið hlý föt, svefnpoka, teppi, dýnur og á sumrin er tjöldin útteilt.

29% af þjónustunni var heilbrigðisþjónusta, en fjallað er sérstaklega um heilbrigðisþjónustu á vettvangi á öðrum stað í skýrslunni.

Förgun sprautubúnaðar

Frú Ragnheiður, í samstarfi við Land-

Aldursbil	2017	2018	2019
18-20	12	36	24
21-25	52	37	88
26-30	35	50	66
31-35	50	82	82
36-40	52	84	91
41-45	48	40	45
46-50	24	24	38
51-55	34	28	28
61-65	15	17	14
66-70	7	10	12
71+	1	0	2



Sjúkraflutningamenn hlupu fyrir frú Ragnheiði í Reykjavíkummarþöpinu.

spítalann, fargaði 3.411 lítrum af notuðum sprautubúnaði sem er 33% aukning frá 2018. Eitt af markmiðum verkfnisins er að draga úr að notaður búnaður verði eftir á götum borgarinnar eða sé settur í ruslið. Þetta er liður í samfélagslegri skaðaminnkun.

Aldur þeirra sem leita til Frú Ragnheiðar

Á árinu leituðu 514 einstaklingar til Frú Ragnheiðar. Aldrei hafa fleiri á aldrinum 18-25 ára leitað til Frú Ragnheiðar en sá hópur tvöfaldaðist árið 2019, úr 73 einstaklingum árið 2018 í 112. Lögð er

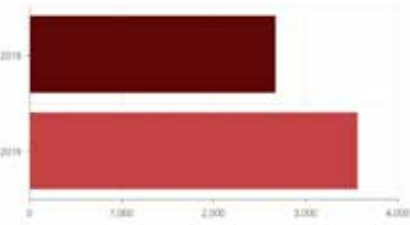
 **61%**

Skjólstæðinga Frú Ragnheiðar eru heimilisláusir

 **10%**

Skjólstæðinga Frú Ragnheiðar eru búsettir í félagslegu húsnæði eða í sértaeku búsetuarræði.

Förgun í lítratali 2019



2019	Hlutfall
Næring og drykkir	82%
Nálaskiptipjónusta	62%
Heilbrigðisþjónusta	29%
Sálrænn stuðningur	29%
Hlý fót	15%
Skaðaminnkandi leiðbeiningar	10%

sérstök áhersla á að ná til yngsta aldurshópsins vegna mikillar áhættu og jaðarsetningar sem fylgir því að vera ungur að nota vímuefni í æð og glíma við húsnaðisleysi. Reynslan sýnir okkur að skjólstæðingar undir 25 ára eru ólíklegri en eldri skjólstæðingar til að nýta sér annarskonar heilbrigðis- og félagsleg úrræði. Yngri skjólstæðingar leita síður í

neyðarathvörfin fyrir heimilislausa einstaklinga, síður í þjónustu hjá vettvangs- og ráðgjafateymi Reykjavíkurborgar og síður í þjónustu hjá geðteymum. Jafnframt eru skjólstæðingar undir 25 ára síður tilnefndir í sértæka búsetu eða félagslegt húsnaði.

Lögheimili og húsnaðisstaða skjólstæðinga

Af þeim 422 skjólstæðingum sem gáfu upp upplýsingar um húsnaðisstöðu sína voru 262 einstaklingar að glíma við heimilisleysi, eða um 61% af skjólstæðingum. 42 skjólstæðingar voru búsettir í sértæku húsnaði á vegum Reykjavíkurborgar sem falla undir mála-flokkinn heimilislaust fólk með miklar og flóknar þjónustuparfir.

Af þeim 429 einstaklingum sem gáfu upp lögheimili sitt, voru 82% af þeim með skráð lögheimili í Reykjavík eða 352 einstaklingar. 27 skjólstæðingar voru með lögheimili í Hafnarfirði og 19 voru með skráð lögheimili í Kópavogi.

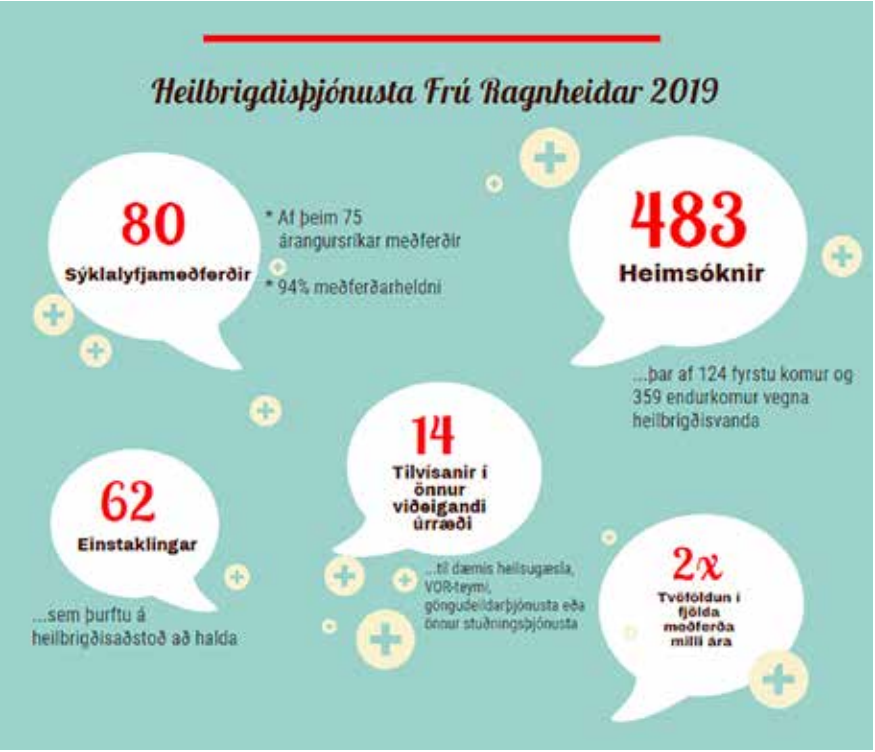


Staðsetning heimsóknar og akstursþjónusta

Frú Ragnheiðar hitti á einstaklinga í öllum hverfum borgarinnar og ók í öll sveitarfélög á höfuðborgarsvæðinu. Helst var óskað eftir þjónustu í Reykjavík eða í 94% tilvika. Þar á eftir kom Kópavogur, svo Hafnarfjörður og svo Seltjarnanes og Garðabær.

Þegar kom að akstursþjónustunni í Frú Ragnheiði þá voru skjólstæðingar oftast keyrðir og fylgt eftir á bráðamóttökuna í Fossvogi, síðan í neyðarathvörfin Gisti-skýlið og Konukot, þar á eftir heim til sín í skjól og svo á bráðamóttöku geðdeilda-r. Í heildina voru 56 akstursþjónustur yfir árið 2019.

Fjöldi unna sjálfbóðaliðatíma jókst á árinu um 303 klst. Sjö læknar tóku þátt í verkefninu og skiluðu 1.259 klst. af sjálfbóðaliðatímum í formi bakvakta fyrir heilbrigðisþjónustuna í verkefninu. Alls störfuðu 93 sjálfbóðaliðar við verkefnið. +



Sýklalyfjameðferð á vettvangi fyrir jaðarsetta einstaklinga er mikilvæg viðbót við þá heilbrigðisþjónustu sem fyrir er í samfélaginu. Til að auka líkur á góðri meðferðarhaldni markhóps okkar er æskilegt að mat og eftirfylgd sýklalyfjameðferðar fari fram á vettvangi í starfsemi sem jaðarsettir einstaklingar treysta. Vettvangshjúkrun fyrir jaðarsetta einstaklinga á Íslandi dregur úr skaða, eykur lífsgæði og heldur einstaklingum á lífi og þetta hefur Frú Ragnheiður sýnt og sannað síðustu árin.

Af hverju er verið að veita heilbrigðisþjónustu í Frú Ragnheiði?

Í Frú Ragnheiði er starfræk færanleg heilbrigðisþjónusta (e. mobile health clinic) að erlendra fyrirmynd. Einn sjálfbóðaliði í verkefninu á vakt er ávallt með heilbrigðismenntun og heldur utan um alla þá þjónustu sem snýr að líkamlegu heilbrigði. Sú þjónusta sem veitt er í Frú Ragnheiði er meðal annars umbúðaskipti á sárum, aðhlyning við minniháttar áverkum, saumatökur, sálrænn stuðningur og skaðaminnkandi samtal. Húðsýkingar eru tiltölulega algengar hjá skjólstæðingum Frú Ragnheiðar og var því ákveðið árið 2018 að innleiða sýklalyfjameðferð á vettvangi. Slík þjónusta þekktist ekki áður fyrir jaðarsetta einstaklinga á Íslandi og því mikil nýsköpun að eiga sér stað sem

kemur til móts við flóknar þjónustuparfir okkar skjólstæðinga.

Rannsóknir hafa sýnt að skortur á trausti jaðarsettra einstaklinga í garð þjónustukerfa leiði til þess að þeir leiti sér síður hjálpar en aðrir hópar. Þeir þurfa oftast en ekki að forgangsraða þörfum sínum og eru þá grunnþarfir (fæði og húsaskjól sem dæmi) settar framar heilbrigðisþörfum. Þegar jaðarsettir einstaklingar leita loks eftir viðeigandi heilbrigðis þjónustu þurfa þeir frekar á þungri innlögn og öflugri meðferð að halda. Fyrir einstaklinga sem nota vímuefni í æð eykur sérsniðin meðferð og eftirfylgd á vettvangi meðferðarhaldni með tilliti til lyfja.

Skaðaminnkandi heilbrigðisþjónusta

Sýklalyfjameðferðin í Frú Ragnheiði flokkast undir snemmtækt inngríp og má því líta á það sem eins konar forvörn. Markmiðið er að bregðast snemma við og koma í veg fyrir langa og erfiða innlögn og meðferð. Niðurstöður okkar þjónustu sýna og sanna að það er svo sannarlega hægt að koma til móts við þarfir jaðarsettra einstaklinga. Nauðsynlegt er að hlúa að heilsu þeirra með heildrænni nálgun sem byggir á miklu notendasamráði og einstaklingsmiðu um meðferðum. +



Leiðsögumaður flóttafólks

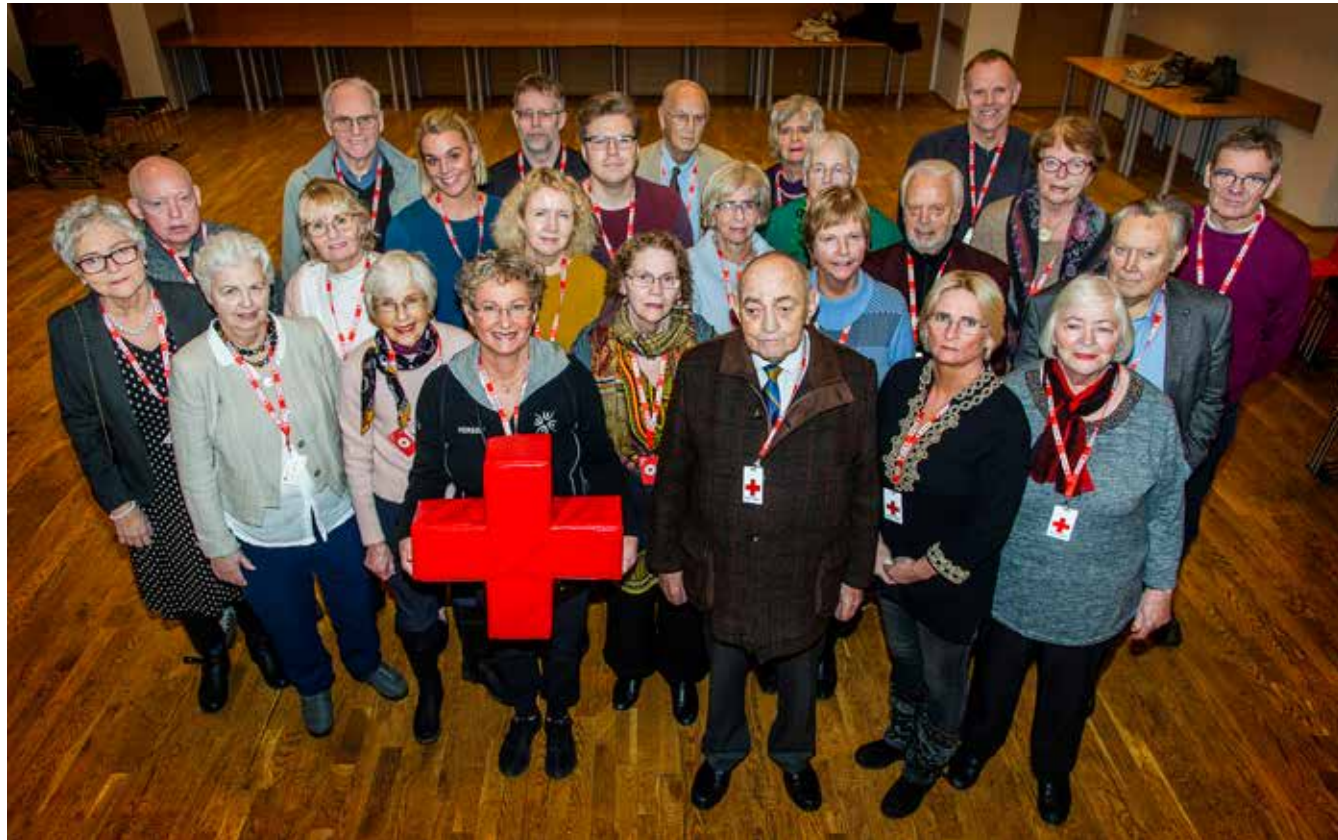
Það helsta sem ég hef lært um sjálfan mig er að ég sá hvað ég hef mikla þörf á að gera eitthvað sem hefur þýðingu og áhrif í mínu lífi. Einnig hef ég lært hvað það er lítið sem maður þarf að gera til að hafa mikil áhrif á aðra manneskju. Til að byrja með fannst mér ég ekki vera að gera nógu mikið til að hjálpa félaga mínum eins og margir upplifa. En svo lærir maður að bara minnstu hlutir; tala við manneskjuna, sýna áhuga, hjálpa með hitt og þetta, getur gefið ótrúlega mikinn sálrænan stuðning. Það sem helst hefur komið mér á óvart er hvað flóttamenn koma úr margvíslegum aðstæðum og hafa mismunandi sögur að segja. Frá fjölmöldum fær maður oft staðlaða mynd af flóttamönnum en í gegnum þetta verkefni sér maður hvað það er mikið í gangi í heiminum sem maður veit ekkert um sem neyðir fólk til að flýja heimili sitt og fjölskyldu. Það sem kom kannski skemmtilega á óvart er hvað það eru margir heimamenn sem hafa áhuga á þessum mállefnum og vilja gera svo mikið til að hjálpa. Ég er ótrúlega þakklátur að hafa kynnst því fólki. Með því að vera leiðsögumaður flóttamanns hef ég eignast góðan vin og lært ótrúlega mikið frá honum. Þetta líka hvatti mig til að stofna klább í vinnunni minni sem hefur það markmið að auglýsa verkefni fyrir fólk sem hefur áhuga að gerast sjálfbóðaliði fyrir góðgerðarsamtök.



Sjálfbóðaliðar Frú Ragnheiðar hvetja hlauparana áfram.

Heimsóknþjónusta

Heimsóknavinir eru sjálfboðaliðar sem heimsækja fólk á heimili þess; á stofnanir, sambýli, dvalar- og hjúkrunarheimili. Markmið sjálfboðaliða í heimsóknþjónustu er að bæta lífsgæði þeirra einstaklinga sem heimsóttir eru, og koma í veg fyrir eða rjúfa félagslega einangrun.



Á árinu 2019 störfuðu 76 sjálfboðaliðar í heimsóknþjónustu með Rauða krossinum í Reykjavík og heimsóttu yfir 100 gestgjafa. Hér má sjá hluta þeirra á degi sjálfboðaliðans 5. desember sl.

Tímamót

Árið 2019 var tímamótaár í heimsóknþjónustunni. Um mitt ár gerðu stjórnir Rauða krossins í Reykjavík, Rauða krossins í Kópavogi og Hafnarfirði með sér samkomulag um að samræma framkvæmd verkefnisins á höfuðborgarsvæðinu. Þessi breyting felur í sér að verkefnum heimsóknavina verður nú stýrt frá einum stað, Rauða krossinum í Kópavogi, ásamt öðrum vinaverkefnum Rauða krossins sem tengjast félagslegri einangrun á höfuðborgarsvæðinu.

Markmið breytinganna er að ná hagræðingu í rekstri og auka gæði þjónustunnar. Þar verður á einum stað öll starfsemi heimsóknavina á höfuðborgarsvæðinu, móttaka og fræðsla sjálfboðaliða, þörun heimsóknavina og

gestgjafa, kynningar- og markaðsmál sem og þróun verkefna.

Tímarnir breytast og mennirnir með

Það er hlutverk Rauða krossins að vernda líf og heilsu berskjaldaðra hópa og tryggja virðingu fyrir mannlegu lífi. Eins er það hlutverk hreyfingarinnar að bregðast við breytingum í samfélaginu og koma til móts við þarfirnar.

Verkefni heimsóknavina hafa áður tekið gagngerum breytingum. Markmið breytinganna er alltaf hið sama, að finna leiðir til að auka þjónustu og bæta lífsgæði þeirra sem hennar njóta.

Árið 1975 var stofnuð sérdeild heimsóknþjónustu innan Kvennadeildar

Rauða krossins í Reykjavík. Félagskonur Kvennadeildar fundu fyrir þörf fyrir að veita veiku og einmana fólki félagslegan stuðning. Í upphafi voru félagskonur fáar sem sinntu verkefninu en með árunum óx starfsemin ört. Síðar var verkefnið fært beint undir Rauða krossinn í Reykjavík og þá ráðinn verkefnastjóri í hlutastarf. Með árunum hefur starfsemin enn aukist og orðið víðtækari og karlar og konur unnið saman að settu markmiði.

Frá því að heimsóknþjónustan hóf göngu sína hjá Rauða krossinum í Reykjavík hafa yfir 700 sjálfboðaliðar starfað við verkefnið. Af þeim er stór hópur sjálfboðaliða sem hafa starfað í 5-10 ár og innan þessa hóps er svo kjarni sem starfað hefur í yfir 10 ár.

Rauði krossinn í Reykjavík kveður nú verkefnið, sem er í góðum höndum Rauða krossins í Kópavogi. Öllum sjálfboðaliðum eru færðar þakkir fyrir framlag sitt í þágu mannúðar í nafni Rauða krossins, og áfram óskað velfarnaðar í sjálfboðastarfi sínu. +

Verkefnastjórn heimsóknþjónustu Rauða krossins í Reykjavík. Bergdís Kristjánsdóttir, Guðrún Eygló Guðmundsdóttir og Ágúst Georg Ólafsson.



Fatakort

Tilgangurinn með útgáfu fatakorta er að aðstoða tekjulága einstaklinga og fjölskyldur, umsækjendur um alþjóðlega vernd, flóttafólk og útlendinga í neyð. Fatakortin virka sem úttektarheimild og eru ígildi peninga sem hægt er að nota í tveimur verslunum Rauða krossins á höfuðborgarsvæðinu.

Núverandi úthlutunar- fyrirkomulagi var komið á í lok árs 2015. Með þessu fyrirkomulagi hafa skjólstæðingar Rauða krossins sama vöruúrval í verslunum félagsins á höfuðborgarsvæðinu og allur almenningur. Hver einstaklingur getur sótt um úthlutun tvisvar á ári fyrir sig og ólöggráða börn, alls 15.000 kr. fyrir einstakling. Afgreiðsla korta til þeirra, sem hafa kennitölu, fer fram í Efstaleiti 9 á þriðjudögum milli kl.13:00 - 16:00.

Alls voru skráðar úthlutanir til 1.487 einstaklinga (með kennitölu) og upphæð úthlutana nam alls kr. 16.395.000.

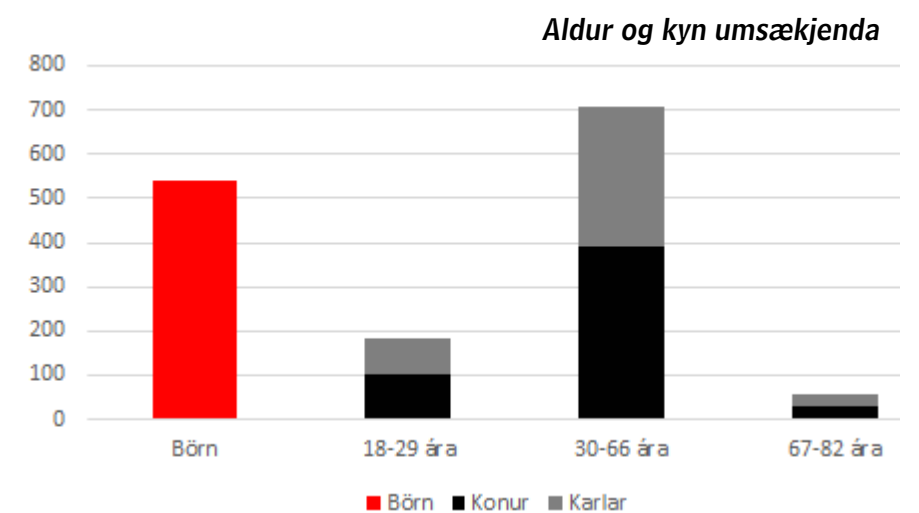
Úthlutun til umsækjenda um alþjóðlega vernd

Umsækjendum um alþjóðlega vernd standa fatakort til boða á tveggja mánaða fresti. Afgreiðsla kortanna fer fram í opnum viðtalstímum hjá Rauða krossinum sem eru í boði tvisvar í viku í Hafnarfirði og vikulega í Reykjaneshæ.

Samkvæmt upplýsingum frá Útlendingastofnun sóttu 867 einstaklingar um vernd hér á landi á árinu 2019 en árið

2018 var fjöldi þeirra 800. Umsækjendum fjölgaði því um 67 á milli þessara ára.

Á árinu 2019 voru úthlutað 5.213 fatakortum til 960 umsækjenda um alþjóðlega vernd og virði úthlutunar var 26.065.000 krónur sem skiptist þannig að úthlutað var fyrir 19,7 milljónir á höfuðborgarsvæðinu og 6,3 milljónir í Reykjaneshæ. +



Áfallasjóður

Áfallasjóður er samvinnuverkefni deilda Rauða krossins á höfuðborgarsvæðinu sem miðar að því að aðstoða tekjulága einstaklinga og fjölskyldur sem verða fyrir skyndilegu fjárhagslegu áfalli svo sem vegna sjúkdóma eða slyss.

Umsókn er hægt að fylla út á vef Rauða krossins. Til þess að umsókn sé tekin fyrir þarf umsækjandi að skila inn viðeigandi gögnum, en starfsmaður Rauða krossins er innan handar og veitir upplýsingar og aðstoð.

Á árinu bárust umsóknir frá 175 einstaklingum og fjölskyldum en samþykktar voru 105. Upphæð úthlutunar nam samtals um ellefu og hálfri milljón króna. +

Áhersla Rauða krossins felst í að hjálpa einstaklingum og fjölskyldum sem eiga engan eða takmarkaðan kost á aðstoð annars staðar frá við að ná sér aftur á strik eftir fjárhagslegt áfall.

Sjóðstjórn Áfallasjóðs er skipuð fulltrúum deilda á höfuðborgarsvæðinu og fulltrúum landskrifstofu Rauða krossins. Hlutverk sjóðsstjórnar er að setja sjóðnum stefnu og reglur, afla tekna, fylgjast með störfum úthlutunarnefndar, fara yfir stöðu sjóðsins á fundum og taka afstöðu til álitaefna. Úthlutunarnefnd, sem í eru tveir einstaklingar sem þekkja til velferðarmála og einn fulltrúi sjóðsstjórnar, tekur endanlegar ákvarðanir um úthlutunir.

Styrkþegar höfðu þetta um sjóðinn að segja:

Stuðningur ykkar hefur reynst mér mjög vel, hjálpað mér í átt að bættri heilsu bæði andlega og líkamlega og gefið mér von um betri framtíð ...

Sjóðurinn gerði það að verkum að ég gat fengið þak yfir höfuðið sem ég annars hefði ekki getað fengið. Ég er ykkur ævinlega þakklát og fékk meira en frábæra þjónustu og góðvild í minn garð í samskiptum við ykkur ...

Áfallasjóður hefur bara bjargað lífi mínu bókstaflega. Greitt var fyrir mig leiguna desembermánuð og ég gat keypt jólagjafir, jólamat og gat loksins liðið vel á jölunum og notið þau með syni mínum og fjölskyldu án þess að fara yfir um af stressi og kvíða um að geta ekki haft jólin með syni mínum.

Velkomin til Íslands

Velkomin til Íslands (e. Welcome to Iceland) er fræðsluröð fyrir alla þá sem koma nýir til Íslands og vilja kynnst menningu og háttum Íslands og frá heimalöndum þátttakenda. Markmiðið er að fólk komi saman, kynnist og deili hugmyndum, háttum og vangaveitum.

Velkomin til Íslands er að hefja fjórða starfsár sitt. Fyrstu tvö árin var verkefnið í formi helgarnámskeiðs en síðastliðið haust var því breytt í mánaðarleg fræðslukvöld. Haldin voru þrjú fræðslukvöld í september til nóvember og boðið var uppá túlkun á spænsku, farsí, kúrdísku og arabísku. Málefni sem tekin voru fyrir á fræðslukvöldunum voru réttindi á atvinnumarkaði, möguleikar til menntunar og fjármálalæsi. Sérhæfðir sjálfboðaliðar hafa tekið að sér að leiða fræðslukvöldin. Þátttakendur í Velkomin til Íslands árið 2019 voru alls 95. Árið áður voru þátttakendur 32, en með nýju fyrirkomulagi og málefnum náum við til fleiri þátttakenda.

Leiðsögumenn flóttafólks

Verkefninu Leiðsögumenn flóttafólks hefur vaxið fiskur um hrygg frá því það hóf göngu sína í júní 2017. Í verkefninu eru sjálfboðaliðar Rauða krossins paraðir til eins árs við einstaklinga eða fjölskyldur sem hafa nýlega fengið alþjóðlega vernd á Íslandi. Árið 2018 hófu 48 pör þátttöku í verkefninu en fjöldinn hefur aukist mikið, í 74 pör sem hófu þátttöku árið 2019. Af þeim voru 28 fjölskyldur með börn undir 18 ára aldri.



Leiðsögumenn styðja flóttafólk í fyrstu skrefunum í nýju landi.



Öft myndast varanleg vinasambönd eftir að verkefni lýkur.

Gagnkvæm aðlögun og sjálfstæði í nýju samfélagi

Markmið verkefnisins er gagnkvæm aðlögun. Sjálfboðaliðarnir, leiðsögumennirnir, styðja fólk til sjálfstæðis í nýju landi með því að aðstoða þau við að nýta hæfileika sína og þau tækifæri sem eru fyrir hendi til að farnast vel á Íslandi. Þátttakendur eignast nýja vini, styrkja félagsnet sitt, öðlast innsýn inn í íslenskt kerfi og læra um menningu, tungumál og hefðir hvers annars. Þátttakendur eru paraðir saman með tilliti til áhugamála, aldurs, fjölskyldugerðar, persónuleika, tungumálakunnáttu, menntunar eða starfsreynslu.

Það er misjafnt og fjölbreytt að hverju leiðsögumannapörin vinna saman. Það fer eftir áhuga og markmiðum þátttakenda hvað gert er, t.d. bjóða í mat, fara á kaffihús, gera ferilsskrár, þýða margskonar gögn og styrkja tungumálakunnáttu sína. Rauði krossinn hefur, með stuðningi fjölda fyrirtækja og stofnanna, boðið aðgang að söfnum og menningartengdum viðburðum sem þátttakendur geta gert saman, þeim að kostnaðarlausu.

Með þeim tengslum sem myndast í verkefninu fá þátttakendur dýrmæta innsýn í menningu hvers annars sem vonandi verður til þess að byggja brýr og auka skilning á milli fólks í fjölmenningsamfélaginu Íslandi. Árið 2019 var flóttafólkið í verkefninu af 19 þjóðernum og voru fjölmennustu hóparnir frá Venesúela, Afganistan, Kúrdistan og Sýrlandi.

Flestir sem eru með alþjóðlega vernd í verkefninu eru á aldrinum 18-30 ára á meðan flestir sjálfboðaliðar í verkefninu eru á aldrinum 26-40 ára. Sjálfboðaliðar þurfa að vera 24 ára eða eldri. Þeir sitja sjö klukkustunda námskeið þar sem farið er yfir grundvallarhugsjónir Rauða



Skiptifatamarkaður

Skiptifatamarkaðurinn hefur þannig áhrif á mig að ég er meðvitadri um neyslu mína, ég velti meira fyrir mér hvað ég á að kaupa nýtt og hvað ég get endurnýtt, þannig að umhverfisvitund mín hefur aukist mikið. Um sjálfa mig hef ég lært að vera þakklátari fyrir það sem ég hef og velti meira fyrir mér mínu hlutverki í að létta á áhrifum vegna loftslagsbreytinga. Sömu leiðis er ég þakklát fyrir það fólk sem ég hef kynnst. Það hefur komið mér verulega á óvart hversu mikil áhrif þetta starf hefur haft á líf mitt og ég myndi vilja sjá meiri notkun á markaðnum svo og í fatabúðum Rauða krossins, skipta og kaupa meira notað, það skiptir máli.



Myndatexti ???

krossins, umsóknarferli um alþjóðlega vernd, félagsþjónustu fyrir flóttafólk, menningarmun, sálrænan stuðning og leiðir til að takast á við tungumála-örðugleika.

Móttaka kvótaflóttafólks

Um miðjan september kom að auki 25 manna hópur flóttafólks hingað til lands í boði íslenskra stjórnvalda. Einstaklingarnir í hópnum eiga það sameiginlegt að hafa flúið til Kenýa vegna ofsókna í heimalöndum sínum, en gátu öryggis síns vegna ekki dvalið þar áfram. Flestir eru frá Úganda en einnig Kongó, Rúvanda, Súdan og Zímbabwe. Verkefnið er samstarfsverkefni Rauða krossins, Velferðarráðuneytisins og þriggja móttökusveitarfélaga; Garðabæjar, Mosfellsbæjar og Seltjarnarness.

Vaskur hópur sjálfboðaliða Rauða krossins í Reykjavík tók að sér að innrétta íbúðir fyrir fólkið og standsetja fyrir komu þeirra. Stuttu eftir komuna hingað til lands voru einstaklingarnir síðan paraðir við leiðsögumenn flóttafólks, sem fyrsta árið munu veita þeim stuðning við að fóta sig í nýju landi.

Það er ekki óalgengt að leiðsögumannaþörin haldi áfram samskiptum eftir að verkefninu líkur og í mörgum tilfellum verða til varanleg vinasambönd. Eins ákveða fjöldi þeirra sjálfboðaliða sem lokið hafa verkefninu að taka aftur þátt með nýjum einstaklingi eða fjölskyldu. +

Starf með innflytjendum Opið hús fyrir flóttafólk og innflytjendur

Opið hús – stuðningur við innflytjendur hefur hafið fimmta starfsár sitt og er tilgangur verkefnisins að veita innflytjendum aðstoð við að leysa úr hinum ýmsu hagnýtu málum. Sá stuðningur hjálpar innflytjendum við gagnkvæma aðlögun í íslensku samfélagi. Flestir þeirra sem leita í Opið hús eru flóttafólk sem hafa nýlega fengið alþjóðlega vernd á Íslandi. Einnig koma aðrir innflytjendur frá löndum innan EES og utan í Opið hús.

Sjálfboðaliðar aðstoða skjólstæðinga í Opnu húsi og eru um 3-5 sjálfboðaliðar á vakt hverju sinni. Í verkefninu eru um 30 sjálfboðaliðar. Opið hús er haldið tvisvar í viku, tvo tíma í senn. Verkefnið er í gangi allt árið en á sumrin er það aðeins einu sinni í viku. Fyrstu þrjú árin í verkefninu var húsnæðisleit efst á baugi hjá skjólstæðingum okkar en sá málaflokkur hefur breyst til hins betra og á síðasta ári voru fleiri sem vildu aðstoð við atvinnuleit. Skjólstæðingar fá aðstoð við gerð ferilskrár, leit að störfum og umsóknir. Einnig leita skjólstæðingar til okkar varðandi upplýsingar um nám á ýmsum skólastigum, upplýsingar um réttindi og skyldur í íslensku samfélagi,

þýðingar á skjölum og húsbúnaðarleit. Aukin aðsókn í Opið hús hefur fylgt auknum stöðuveitingum alþjóðlegrar verndar síðustu ár. Mikil aukning var á árinu í umsóknum um alþjóðlega vernd hjá einstaklingum frá Venesúela og hefur sú aukning sýnt sig í Opnu húsi þar sem spænska er orðin ríkjandi tungumál skjólstæðinga í verkefninu. Í heild fengu 531 einstaklingur alþjóðlega vernd, viðbótarvernd eða dvalarleyfi hér á landi árið 2019, þar af 140 frá Venesúela. +

Fjöldi opinna húsa í heild: 85

Heimsóknir í heild: 1.290

Fjöldi sjálfboðaliðastunda: 691

Stop looking and start seeing!

Jordi Cortes

Living in a time and era where social pressures, long working schedules and personal commitments have a great impact in the way we interact with each other, it is imperative to pay attention to our surroundings.



Jordi Cortes, EVS sjálfboðaliði í verkefnum með innflytjendum og flóttafólki.

By surrounding I mean not only the physical space in which we move but more importantly the people that occupy those spaces. A friend, a neighbor, a classmate, a relative, a stranger. We encounter people every day, at the supermarket, the gym, the pool, at work, the bus, we even look at them, but do we really see them? Yes, we might acknowledge them with the wave of a hand, the wink of an eye or even a Hi, how are you? But do we really mean to listen to what the other person has to say?

I have been working on a project called Open House at the Efstaleiti office. It is a project that runs accommodation and

housing support sessions every Tuesday and Thursday. Although the prime goal of those sessions has been getting people with international protection (and other immigrants) a new home and access to an independent and secure income through the labor market, I have discovered that most of them want to share their feelings with someone.

Surprise, confusion, doubt are just some of the reactions I have been getting to the simple question: how do you feel? All of them have been asked to provide their personal information for registration purposes, where do you come from? are you travelling alone? do you

have any documents that can support your case? Again, we are looking but we are not seeing.

Many people with international protection have been stripped of their identity, their documents might have been taken away by a corrupt government. They might not be able to share their profession with other community members because of negative perception, therefore, feeling partly excluded. Imagine being forced to leave your country of birth, turned away by those same institutions that are meant to protect you, leaving behind your home, your friends, your family, your history. Some of us might consider this situation as unthinkable, but for many it is the only scape route from a life that cannot longer be lived with dignity.

Often, they won't even want to recall their journey, even less share it with anyone. They have lost trust in people; they have been betrayed so many times already. They want to forget, they want to start over, they want to heal. However, for many, communicating their journey is a way of sharing that heavy burden they've carried all along with someone who will not judge but simply listen to them.

We have all the tools, we just need to remember to use them, and more importantly to use them well. What can we do? We can start by taking some time every day and genuinely ask a person about their day or journey. Lift someone else's weight by asking simple but meaningful questions. We need to stop looking and start seeing, after all when everything else is gone we just have each other. +

KRAKKANÁM

Námsaðstoð Rauða krossins í Reykjavík

Krakkanám er námsaðstoðarverkefni fyrir grunnskólanema á höfuðborgarsvæðinu og er áhersla lögð á að virkja nemendur í námi. Krakkanám hefur verið starfrækt hjá Rauða krossinum í Reykjavík frá árinu 2008 í samstarfi við Borgarbókasafnið undir nafninu Heilahristingur, en árið 2019 var skipt um nafn verkefnisins.

Nafnabreytingin var unnin í samstarfi við börnin í verkefninu en þau sendu inn tillögur að nýju nafni og var nafnið Krakkanám unnið út frá þeirra tillögum

og erum við hæstánægð með nýja skemmtilega nafnið. Krakkanám sinnir námsaðstoð fyrir börn í grunnskóla á höfuðborgarsvæðinu með áherslu á fjöltyngd

börn. Börn af erlendum uppruna eiga oft erfitt með að sækja aðstoð við námsefni á íslensku heima við. Rannsóknir hafa sýnt að lesskilningur þessara barna er ekki á pari við önnur börn á sama námsstigi. Rannsóknir hafa enn fremur sýnt að það er samband á milli aukins brottfalls úr framhaldskóla og lakari lesskilnings í grunnskóla og að auki komi fjöltyngd börn verr út í PISA könnunum hér á landi heldur en í nágrenna löndunum og sömuleiðis í mælingum á málkunnáttu á íslensku.

Það er því ljóst að námsaðstoð og stuðningur við fjöltyngd börn er nauðsynlegt mannúðarstarf sem tryggir fjöltyngdum börnum jöfn tækifæri til náms og starfs óháð uppruna.

Sjálfbóðaliðahópur Krakkanáms er fjölbreyttur og fjölfróður hópur sem á það sameiginlegt að vera umhugað um velferð og tækifæri barnanna.

Í ár eru starfandi 56 sjálfbóðaliðar sem aðstoða að meðaltali 120 börn í hverri viku. +

Markmið ESC áætlunarinnar er að efla þátttöku ungs fólks og samtaka í aðgengilegri og vandaðri starfsemi efla samheldni, samstöðu, lýðræði og borgaralega þátttöku í Evrópu. Ungt fólk á aldrinum 18-30 ára fær tækifæri til þess að vinna sjálfbóðastörf í allt að 12 mánuði utan síns heimalands og fá á sama tíma tækifæri til að þróa áhuga á félagslegum aðgerðum, vikka sjóndeildarhringinn, efla sjálfstraust, auka tungumálakunnáttu, efla persónulega og faglega þróun auk þess að hitta nýtt fólk og eignast nýja vini. Með þátttöku í áætluninni fær Rauði krossinn tækifæri til að vinna með ungu fólki, skiptast á góðum starfsháttum, og auka skilning á félagslegum og menningarlegum fjölbreytileika.

Sjálfbóðaliðarnir tóku þátt í ýmsum verkefnum á árinu, m.a. í Konukoti, fjáröflun, ungmennastarfi, Vin og starfi með flóttafólki, hælisleitendum og innflytjendum. Í heildina störfuðu 10 sjálfbóðaliðar í verkefnum deilda Rauða krossins á höfuðborgarsvæðinu á árinu, þar af 9 í verkefnum Reykjavíkureiðildar. Um sex sjálfbóðaliðar voru í starfi á

What I think about when I think about volunteering

Dagur í lífi sjálfbóðaliða

Jess Fogarty

On Mondays I normally work late, so I start my day late as well. I talk with a colleague about the 'Welcome to Iceland' project we run – a programme of monthly seminars for refugees and immigrants offering practical information about living in Iceland. The sessions cover topics such as renting a house, the education system, worker's rights, finance and more. Normally we hold these sessions in English and volunteers translate to Spanish and Farsi alongside, however we have received feedback that these translations are disruptive for those who do not speak Spanish or Farsi. We decide to trial splitting the sessions, doing one in English only and a second session with translation. Next I attend a course about 'Wellbeing in the workplace'. The course leader is an Icelandic psychologist, and the participants comprise of 2 people from the asylum team and 3 from the refugee team. Together we are from Iceland, UK, Spain, Netherlands and Colombia.

Later, I travel downtown to the space we hold our twice monthly 'Monday Club'. We developed this project after receiving feedback from the participants

hverjum tíma. Þau eru frá Bretlandi, Danmörku, Spáni, Argentínu og Kosóvó. EVS sjálfbóðaliðar vinna u.þ.b. 35 tíma vinnuviku fyrir félagið, fá vasapening og húsnæði, og reynir Rauði krossinn að bjóða sveigjanleika í starfinu og tækifæri til að kynna öðrum sviðum og verkefnum félagsins.

Verkefnið er stutt af Landsskrifstofu Erasmus+ áætlunar Evrópusambandsins sem Rannís hýsir. Móttökusamtök EVS sjálfbóðaliðanna eru Alþjóðleg Ungmennaskipti (AUS). +



Jess Fogarty er EVS sjálfbóðaliði frá Bretlandi.

of another project, a psychosocial support group for un-accompanied children and teenagers. The group expressed their desire to have the opportunity to meet and make friends with Icelandic/local youth. We also wanted to create more diversity in our existing youth projects (mostly attended by Icelandic youth) so in July we started a social project open to youth aged 16-20 from any background. We run the sessions with a pattern of holding one event 'in' the space we meet at, (playing games together, cooking, chilling), and the next 'out', (going bowling, trampolining, cinema, etc).

This week is our 'in' week so we kick things off with an ice-breaker, play a name game to welcome a new member of the group, and discuss our community agreement. This is a list of shared values we decide on together to ensure everybody feels safe and comfortable in

the space, e.g. respect everyone, listen, ask before taking a photo.

We cook egg and chips, eat mandarins and play a language game together. One person draws a picture on the whiteboard, and then each participant writes the name of it in their own language. We discover what Spongebob Squarepants is in Spanish, Icelandic, Albanian, Somali, Farsi and Arabic, and laugh a lot. Afterwards we go for ice-cream and a boy from Somalia who arrived to Iceland just 3 months ago tells me he will never forget this day, because we ate ice-cream in SUCH bad weather. Then he surprises me and asks me to tell him the secret of why I am always smiling, saying that it is an inspiration to him. I thank him for these incredibly kind words, and explain that I am happy because I am spending my evening with this group of people, and my happiness is a reflection of my company. +



Jordi, Jess og Melina á Sólheimajökli.

ESC Sjálfbóðastarf

European Solidarity Corps (ESC) er ný áætlun Evrópusambandsins á sviði sjálfbóðastarfs ungs fólks, og tekur við af European Voluntary Service (EVS). Ísland er aðili að áætluninni og Rauði krossinn tekur árlega á móti ungu fólki í fjölbreytt verkefni innanlands.

Fjáröflun

Sæt, sveitt og langt frá því að vera sykurlaus

Jólaakófjáröflun Rauða krossins í Reykjavík fór fram að vanda í desember 2019. Þá mátti finna sjálfboðaliða Rauða krossins gefa kakó gegn frjálsum framlögum í miðbænum um helgar fyrir jól, einnig við tendrun Oslóartrésins og að síðustu á Þorláksmessu. Að vanda styrkti INNNES okkur um Swiss Miss súkkulaðidrykk og bolla og færum við þeim kærar þakkir fyrir.

Í ár voru útbúnar einstaklega fallegar sér merktar súkkulaðiþlötur sem eru seldar til styrktar verkefna Rauða kross-

ins í Reykjavík. Súkkulaðið er hið klassíska Nóa Sírius rjómasúkkulaði sem hefur svalað súkkulaðiþorsta Íslendinga

í fjölda ára. Súkkulaðið er tilvalin leið til að styrkja verkefni Rauða krossins í Reykjavík og frábær gjöf fyrir vini og



Sérmerktar súkkulaðiþlötur.

vandamenn og hægt að nálgast í Rauða kross búðunum og á heimasíðu Rauða krossins, raudikrossinn.is.

Reykjavíkurmaraþon 2019 var stór þáttur í fjáröflunarstarfi deildarinnar á árinu en í ár var hlaupið fyrir Frú Ragnheiði – skaðaminnkun, skemmst er frá því að segja að söfnunin gekk vonum framar og söfnuðu hlauparar alls 1.264.052 kr. fyrir verkefnið.

Reykjavíkurmaraþonið hélt áfram að

gleðja því einnig ánafnaði leikarahópur auglýsingarinnar „Hlaupu það borgar sig“ 500.000 kr. af launum sínum til Konukots, athvarfs Rauða krossins í Reykjavík fyrir heimilislausar konur og kunnum við þeim kærar þakkir fyrir. +



Í ár var hlaupið fyrir Frú Ragnheiði í Reykjavíkurmaraþoni Íslandsbanka.



Pórður Pálsson sjálfboðaliði í Frú Ragnheiði safnaði hæstum áheitum einstaklinga.



Opið hús fyrir innflytjendur

Ég hef verið sjálfboðaliði síðan í september 2018 og ég byrjaði í gegnum valáfanga í skólanum. Um þessar mundir er ég í verkefni á vegum flóttamannamála deildarinnar sem heitir Opið hús. Sjálfboðastarfið hefur gefið mér svo ótrúlega mikið. Ég hef eignast góða vini í gegnum Rauða krossinn, enda fæ ég tækifæri til þess að kynnst svo mikið af æðislegu fólki á hverri vakt. Ég finn að sjálfstraustið mitt hefur aukist til muna og mér finnst ég betur undirbúin til að takast á við nýjar áskoranir. Ég fer sáttari að sofa á kvöldin því það er svo gefandi að hjálpa öðrum og sjá raunverulegan árangur af vinnunni. Það sem kom mér mest á óvart er örugglega hvað þetta er ótrúlega gaman. Einhverra hluta vegna hélt ég að starfsandinn væri þreytandi og ópersónulegur en það er hins vegar mjög notalegur og afslappadur starfsandi innan Rauða krossins. Sjálfboðaliðahópurinn er mjög fjölbreyttur en við náum flest mjög vel saman og hittumst meira að segja nokkrum sinnum á ári og gerum okkur glaðan dag. Ég kann rosalega vel við mig hjá Rauða krossinum og hlakka til komandi verkefna!



Konukot

Upphaflega hugsaði ég starfið sem tækifæri til að læra meira um umhverfið og hvernig ég get látið til mín taka. En ég fann staðfestingu þess að ég er fær í samskiptum og get vegið aðstæður, einnig hlustað og sýnt hluttekningu. Það sem hefur komið mér helst á óvart er hvað Konukot verður fljótt stór partur af lífi manns. Þótt gert sé ráð fyrir ákveðnu lágmarksframlagi, þá lit ég aldrei á þetta sem skuldbindingu. Þvert á móti, ég finn mig sakna staðarins þegar langt liður milli vakta og eins og mér liður núna finnst mér ég aldrei vilja hætta þessu. Þá er fyrsta vaktin alltaf eftirminnileg, þegar ég fann hve vel mér leið í húsinu, þessi afbrigðis „góði andi“, eins og það er kallað. Sjálfboðaliðastarfið er orðinn stór þáttur í lífi mínu. Félagsskapurinn og tengslin skilja heilmikið eftir sig og þegar ég er að skipuleggja frítíma er Konukot iðulega með í planinu. Nú þykir mér til að mynda jóln ekki skemmtilegur tími, en í dag eru jóln fyrir mér að geta verið í Konukoti yfir hátíðina og deilt dögnum með konunum þar, sem oft þurfa mest á fríði, lágstemmdri hátíð og kærleik að halda.

Bergmál

Kvikmyndin Bergmál sem frumsýnd var á árinu gaf áhorfendum innsýn í íslenskt samfélag í aðdraganda jólahátíðarinnar.

Í gegnum 59 senur dregur myndin fram bæði, biturð og blíðu í nútíma samfélagi og ein þeirra á sér stað á vettvangi í Frú Ragnheiði. Þar fá áhorfendur í eitt augnablik að skyggjast inn fyrir, kynnst einstaklingi með fíknivanda, sjálfboðaliðum Frú Ragnheiðar, og hvaða mikilvægu þjónustu þeir veita.

Í nóvember veittu aðstandendur myndarinnar Frú Ragnheiði svo ómetanlegan stuðning og héldu sérstaka styrktarsýningu í Háskólabíó fyrir Frú Ragnheiði en allt andvörð miðakaupa rann til verkefnisins.



VERKEFNI
MEÐ UNGU
FÓLKI



Studd í Spuna

Verkefnið Studd í Spuna miðar að því að auka virkni og bjóða upp á félagslíf fyrir hóp ungs fólks utan vinnumarkaðar og skólakerfis. Í verkefninu eru haldin vikuleg spilakvöld þar sem þátttakendur hittast til að spila ýmis spunaspil, t.d. Dungeons & Dragons, undir stjórn sjálfboðaliða sem eru reyndir stjórnendur slíkra spila.

Markmiðið er að virkja þátttakendur félagslega, fyrirbyggja þá einangrun sem hættar er á að fylgi óvirkni í lengri tíma, og styrkja þátttakendur til að kynnst fleirum með svipuð áhugamál á eigin forsendum. Í verkefninu sem starfað hefur á þriðja ár er nú kjarni sem ánægjulegt er að sjá mæta reglulega til spila og tengingar að skapast í kring um þennan vettvang.

Þátttakendur þurfa ekki að hafa neina reynslu af spunaspilum til að taka þátt. Stjórnendur



verkefnisins sjá um að koma með búnað og þátttakendur þurfa bara að mæta. Þátttöku fylgir engin binding; fólk þarf ekki að skrá sig eða staðfesta komu sína, heldur mætir það bara eftir eigin vilja og getu.

Markhópur verkefnisins er fólk á aldrinum 18-30 ára sem glímir við litla virkni og félagslega einangrun og eru þátttakendur af öllum kynjum hvött til að koma og spila. +



Leidsögumenn flóttafólks

Við þældum mikið í því hvað við gætum gert. Hvernig við getum hjálpað þeim sem þurfa að flýja landið sitt. Þegar við sáu auglýsingu frá Rauða krossinum hugsuðum við að þetta er fullkomið. Þótt okkur finnst við kannski ekki hafa mikið til þess að bjóða þá kunnum við ýmislegt um íslenskt samfélag. Svo sem að stofna bankareikning, versla í Bónus, hvernig leikskólakerfið virkar, fá netið heim og svo framvegis. Þetta er í raun ekki flókið. Við erum bara til staðar og oft held ég að það sé stærsta hjálpin, bara að vita af okkur og við getum hjálpað ef þarf. Þetta hefur svo verið frábær reynsla fyrir okkur og við ekki lært minna en þau, ekki síst börnin okkar. Það eru mikil forréttindi að fá að kynnst fólki með aðra menningu og lífsreynslu. Samt fundið hvað við erum eins. Umræður okkar eru eins og við hvaða vini sem er, hvað eigi nú að vera í kvöldmatinn, hvaða krem sé best að nota á útbrot barnanna, þessi frábæra úlpa sem ég fann á útsölu. Fyrir okkur hefur þetta verið frábær vinskapur og yndisleg reynsla.

Monday Club Mánudagsklúbbur

Mánudagsklúbburinn eða Monday Club, er félagslegt ungmennastarf sem fór af stað árið 2019 opið 16-20 ára gömlum þátttakendum. Verkefnið er tilraun til að skapa öruggt en opið félagslegt rými fyrir ungt fólk að fara út fyrir þægindarammann, gera eitthvað skemmtilegt og kynnst fólki ólíku því sjálfu.

Verkefnið er opið öllum ungmennum, ekki síst þeim ungmennum sem hafa bakgrunn sem innflytjendur eða flóttafólk. Að eignast félagslegt net er lykilþáttur í ferlinu sem fylgir því að tilheyra nýju samfélagi og er eitt af lykilmarkmiðum klúbbsins að stuðla að sterkara félagslegu tengslaneti.

Verkefnið er unnið í samstarfi við Rauða krossinn í Hafnarfirði að fyrirmynd samskonar verkefnis Norska Rauða krossins, Kompis. Það verkefni er starfrækt í á annan tug bæja í Noregi og hefur borið mikinn árangur.

Á árinu fóru tveir starfsmenn og tveir

sjálfboðaliðar í heimsókn til Bergen sem styrkt var af Æskulýðssjóði þar sem þau fengu góða innsýn í framkvæmd norska verkefnisins. Var í kjölfarið ákveðið að flytja verkefnið í ungmannahús en í fyrirrími í norska verkefninu er að ungmennin „eigi“ staðinn sem verkefnið fer fram á. Ungmannahúsið Hamarinn í Hafnarfirði bauð aðstöðu sína endurgjaldslaust til verkefnisins og mun verkefnið fara þar fram á árinu 2020.

Allskonar skemmtilegt - saman
Hópurinn hittist annað hvert mánudagskvöld kl. 18 og vinnur að fjölbreyttum

verkum og viðburðum. Fyrsti viðburðurinn var á Klambratúni þar sem ungmennin tóku þátt í Bubblubolta, síðan hefur verið farið í keilu, heimsótt Fablab, í bíó, og oft farið í leiki og spil inni eða úti.

Sjálfboðaliðar verkefnisins hafa öll sótt fræðslu og þjálfun hjá Rauða krossinum og hafa fjölbreyttan bakgrunn m.a. úr tómstundafræði, kennslufræði og mann- fræði.

Verkefnið verður á komandi ári opið öllum áhugasömum á aldrinum 16-25 ára. +



Hress hópur í bubblubolta á Klambratúni.

BJARGIR

BJARGIR

Stjórn, verkefnisstjórnir og starfsmenn í árslok 2019

STJÓRN RAUÐA KROSSINS Í REYKJAVÍK

Árni Gunnarsson	formaður
Huld Ingimarsdóttir	varaformaður
Belinda Karlsdóttir	gjaldkeri stjórnar
Halldóra Ásgeirsdóttir	meðstjórnandi
Pétur Þorsteinsson	meðstjórnandi
Ragnar Þorvarðarson	meðstjórnandi
Edda Jónsdóttir	meðstjórnandi
Auður Loftsdóttir	varamaður

STJÓRN KVENNADEILDAR

Halldóra Ásgeirsdóttir	formaður
Laufey Kristjónsdóttir	varaformaður
Sigrún Jónsdóttir	gjaldkeri stjórnar
Vala Rós Ingvarsdóttir	ritari
Eygló Dóra Garðarsdóttir	meðstjórnandi
Eygló Halla Ingvarsdóttir	meðstjórnandi
Elínborg Einarsdóttir	meðstjórnandi
Guðrún Kristinsdóttir	varamaður
Jórunn Árnadóttir	varamaður
Kristín Jónsdóttir	varamaður

EVS SJÁLFBODALIÐAR

Jess Rose Fogarty	sjálfb.liði í málefnum innflytj. og flóttafólks
Jordi Cortes	sjálfb.liði í málefnum innflytj. og flóttafólks
Melina Godoy	sjálfbodaliði í Vin
Vigdís Madsen	sjálfbodaliði í Vin

RITSTJÓRN ÁRSSKÝRSLU

Marín Þórsdóttir
Sigurbjörg Birgisdóttir

STJÓRN FERÐAFÉLAGSINS VIÐSÝNAR

Viðar H. Eiríksson	formaður
Fanney Guðmundsdóttir	ritari
Garðar Sölvi Helgason	gjaldkeri
Ingi Hans Ágústsson	varaformaður
Hörður Jónasson	meðstjórnandi
Kristín Bjarnadóttir	meðstjórnandi
Elín Símonardóttir	meðstjórnandi
Stefanía Hjartardóttir	varamaður
Viðar Eysteinnsson	varamaður

STJÓRN HEIMSÓKNAVINAVERKEFNIS

Guðrún Eygló Guðmundsdóttir	formaður
Ágúst Ólafur Georgsson	
Bergdís Kristjánsdóttir	

STJÓRN VINASKÁKFÉLAGSINS

Róbert Lagermann	forseti
Hörður Jónasson	varaforseti
Héðinn Briem	gjaldkeri stjórnar
Hjálmar Sigurvaldason	ritari
Elvar Örn Hjaltason	meðstjórnandi
Aðalsteinn Thorarensen	varamaður 1
Jóhann Valdimarsson	varamaður 2
Hrafn Jökulsson	verndari

STJÓRN MÚLABÆJAR OG HLÍÐARBÆJAR

Sigurveig H. Sigurðardóttir (Rauða krossinum)	formaður
Dagný Erna Lárusdóttir (SÍBS)	varaformaður
Ólafur Örn Ingólfsson (FEB)	
Sigurjón Einarsson (SÍBS)	
Pétur Þorsteinsson (Rauða krossinum)	
Kristín Eiríksdóttir (SÍBS)	varamaður
Auður Kristjánsdóttir (Rauða krossinum)	varamaður
Guðrún Árnadóttir (FEB)	varamaður

STARFSMENN RAUÐA KROSSINS Í REYKJAVÍK

Berglind Rós Karlsdóttir	verkefnastjóri í flóttamannateymi
Bjarnheiður P. Björgvinsdóttir	starfskona Konukot
Brynhildur Jensdóttir	forstöðukona Konukots
Dagur Ólafsson	starfsmaður Frú Ragnheiðar -afleysing
Elísabet Brynjarsdóttir	hjúkrunarfræðingur Frú Ragnheiðar
Eva Dögg Þórsdóttir	starfskona Konukot
Eydís Eir Björnsdóttir	starfskona Konukot
Gréta Morthens	starfskona Konukot
Hafrún Elísa Sigurðardóttir	starfskona Konukot
Halldóra Pálsdóttir	forstöðumaður Vinjar
Hildur Harðardóttir	starfskona Konukot
Ingi Hans Ágústsson	leiðbeinandi Vin
Kolbrún Jarlsdóttir	verslunarstjóri sölubúðar í Fossvogi
Kristín Helga Guðmundsdóttir	verkefnastjóri heimsóknavina, áfallasjóðs og fatahorta
María Rut Beck	verkefnastjóri námsaðstoðar
Marín Þórsdóttir	deildarstjóri
Pimm Tjelke Westra	verkefnastjóri í flóttamannateymi
Rut Rúnarsdóttir	umsjónakona sjálfboðaliða í Konukoti
Sabrina Olivia Meyns	starfsmaður í Vin
Sigríður H. Kristinsdóttir	verslunarstjóri sölubúðar á Borgarspítala
Sigrún Erla Egilsdóttir	teymisstjóri innflytjendamála
Sigurbjörg Birgisdóttir	verkefnastjóri Sjálfboðaliðamiðstöðvar
Sissa Hjördís Gestsdóttir	félagsliði Vin
Sóley Ómarsdóttir	verkefnastjóri innflytjendamála
Svala Jóhannesdóttir	verkefnastýra Frú Ragnheiðar
Una Sigrún Ástvaldsdóttir	starfskona Konukot
Úlfhildur Ólafsdóttir	verkefnastjóri innflytjendamála
Viðar Hafsteinn Eiríksson	verkefnastjóri Vin
Þorsteinn Valdimarsson	verkefnastjóri, Breiðholt og ungmennaverkefni
Þórey Einarisdóttir	umsjónarmaður Konukoti
Þórhildur Sæmundsdóttir	starfskona Konukot

Stjórn Rauða krossins í Reykjavík þakkar eftirtöldu starfsfólki sem lét af störfum á árinu: Alexander Keppie, Anna Lára Steindal, Auður Þorgeirsdóttir, Fanndís Halla Stefánsdóttir, Jóhanna Þorgrímsdóttir, Sigríður Hróalds Jóhannsdóttir og Þóra Kristinsdóttir

Nýir starfsmenn sem komu til starfa hjá deildinni á árinu voru eftirfarandi: Berglind Rós Karlsdóttir, Bjarnheiður P. Björgvinsdóttir, Dagur Ólafsson, Eydís Eir Björnsdóttir, Hildur Harðardóttir, Kolbrún Jarlsdóttir, Sóley Ómarsdóttir og Þórhildur Sæmundsdóttir.

GRUNDVALLARHUGSJÓNIR



Hugsjónagrundvöllur Rauða krossins er fölginn í markmiðunum sjö um mannúð, óhlutdrægni, hlutleysi, sjálfstæði, sjálfböðna þjónustu, einingu og alheimshreyfingu. Sérhverjum starfsmanni og sjálfböðaliða Rauða krossins um heim allan ber að starfa samkvæmt grundvallarmarkmiðunum.

MANNÚÐ

Alþjóðahreyfing Rauða krossins og Rauða hálfmánans, sem spratt upp af löngun til að veita þeim sem særst höfðu á orrustuvelli hjálp án manngreinarálits, reynir með alþjóðlegu starfi og starfi landsfélaga að koma í veg fyrir og létta þjáningar fólks hvar sem það er statt. Tilgangur hreyfingarinnar er að vernda líf og heilsu og tryggja virðingu fyrir mannlegu lífi. Hún vinnur að gagnkvæmum skilningi, vináttu, samstarfi og varanlegum friði meðal allra þjóða.

ÓHLUTDRÆGNI

Hreyfingin gerir engan mun á milli manna eftir þjóðerni þeirra, uppruna, trúarbrögðum, kyni, stétt eða stjórnmálaskoðunum. Hún reynir að draga úr þjáningum einstaklinga og tekur þá eingöngu tillit til þarfa hvers og eins en veitir forgang þeim sem verst eru staddir.

HLUTLEYSI

Svo að hreyfingin megi áfram njóta almenns trausts, skal hún gæta hlutleysis í ófriði og aldrei taka þátt í deilum vegna stjórnmála, uppruna, trúarbragða eða hugmyndafræði.

SJÁLFSTÆÐI

Hreyfingin er sjálfstæð. Þótt landsfélög veiti aðstoð í mannúðarstarfi stjórnvalda og lúti lögum lands síns, verða þau ætíð að varðveita sjálfstæði sitt svo þau geti starfað í samræmi við grundvallarmarkmið hreyfingarinnar.

SJÁLFBÖÐIN ÞJÓNUSTA

Hreyfingin er borin uppi af sjálfböðnu hjálparstarfi og lætur aldrei stjórnast af hagnaðarvon.

EINING

Í hverju landi má aðeins vera eitt landsfélag Rauða krossins eða Rauða hálfmánans. Það skal vera öllum opið og vinna mannúðarstarf um landið allt.

ALHEIMSHREYFING

Hreyfing Rauða krossins og Rauða hálfmánans nær um heim allan, og öll landsfélög hafa jafnan rétt og ábyrgð og sömu skyldur til gagnkvæmrar hjálpar.