



# HJÄLPARE i 140 ÅR

Volontärens handbok  
för jubileumsårets  
kampanjer

## 2 Bästa volontär,

**Finlands Röda Kors** fyller 140 år och vi firar vårt jubileumsår samma år som det självständiga Finland fyller 100 år. Det är svårt att skilja de här födelsedagarna åt, eftersom Röda Korset har varit med och byggt upp Finland både före självständigheten och efter den, i krig som fred.

Vi har svarat på samhällets behov och betonat möjligheten för varje människa att vara med. Vi har alltid betonad en människas hjälp till en annan människa, sin like. Vem som helst kan plötsligt behöva hjälp. Vem som helst kan också hjälpa. Röda Korsets volontärers historia är därmed hela Finlands historia.

Vi firar våra 140 verksamhetsår med att ge 100-åriga Finland en gåva av tusentals nya hjälpkunniga människor. I och med att var och en av oss är med och ordnar jubileumsårets hjälpkurser gör vi tillsammans framtidens Finland tryggare. För avdelningen är kursen ett tillfälle att bjuda in nya hjälpare i verksamheten.

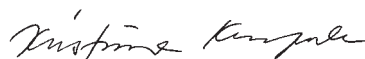
**Den här Hjälpare i 140 år-handboken** är en guide till våra riksomfattande kampanjer under året. Den presenterar bakgrunden till vår verksamhet och jubileumsårets tyngdpunkter. Mycket är bekant, men en del är också nytt.

De riksomfattande kampanjerna är den mest synliga delen av vårt kontinuerliga hjälparbete. De kampanjvisa presentationerna ger tips för det nya året. Historieavsnitten vittnar om den följd av värdefulla hjälpare som

du också ingår i. I kalendern i mittuppslaget kan ni fylla i de viktiga händelserna i er avdelning.

Jag önskar dig ett riktigt trevligt och givande jubileumsår. Som volontär är du en av Röda Korsets hjältar, så året 2017 är framför allt ett bra tillfälle att fira dig själv och hela din avdelnings betydelse i regionen.

**Ett varmt tack för att du är med!**



**Kristiina Kumpula**  
generalsekreterare  
Finlands Röda Kors



TATU BLOMOVIST

- 4 Jubileumsårets inledning:  
Första hjälpen, första ansvaret
- 8 Vadå för kampanj?
- 10 Vändagskampanjen
- 17 Jubileumsårets viktiga datum
- 20 Frågor och svar
- 22 Veckan mot rasism
- 26 Rödakorsveckan
- 30 Insamlingen Hungerdagen
- 34 En hälsning från en frivillig:  
Annikki Lämsä

  
**Punainen Risti**  
Röda Korset

**140** VUOTTA AUTTAJIA  
ÅR AV HJÄLPARE

Jubileumsårets emblem: 140 av hjälpare.  
På sidan 20 kan du läsa hur avdelningen  
kan börja använda loggan.

REDAKTION: **Henna Raatikainen**  
LAYOUT: **Carita Lehtniemi**  
ÖVERSÄTTNING: **SARAX.COM**  
PÄRMBILDERNA: **Joonas Brandt,**  
**Kiia Etelävuori, Laura Kotila**



## Jubileumsårets inledning: Första hjälpen, första ansvaret

5

**Ju fler människor** i Finland som kan ge första hjälpen, desto fler får snabbt hjälp i en nödsituation. Vår gåva till 100-åriga Finland är medborgare med kunskaper i första hjälpen. Tillsammans ordnar vi jubileumsårets hjälparkurser, snabbkurser i första hjälpen, och gör framtidens Finland tryggare. Samtidigt lockar vi nya människor att engagera sig i vår verksamhet; er avdelning och region får nya hjälpare.

**Många går** en kurs i första hjälpen först efter att de själva har upplevt bristerna i sina hjälpkunskaper i samband med en olycka. Under jubileumsåret betonar vi att man ska lära sig första hjälpen i god tid. Första hjälpen är vårt gemensamma tyngdpunktsområde under 2017. Det är ingen skild kampanj, utan något vi talar om hela året.

**Första hjälpen** konkretiserar vårt arbete i hemlandet och sammanfattar hur viktig en enskild människa är i en hjälpsituation. Röda Korset har alltid betonad individens ansvar när hjälp behövs och det är också det 140-åriga Finlands Röda Kors hjälp bygger på: dig, mig och oss alla.



Första hjälpen-  
anvisningarna,  
-utrustningen och  
-guiderna har  
förändrats under  
årens lopp, men  
Röda Korset har  
alltid betonat varje  
människas rätt  
att få hjälp. Idag  
anser vi första  
hjälp vara en  
medborgarkunskap.

Första hjälpen-  
gruppverksamheten fyller  
60 år i år. Grattis!

## 6 Från specialkunskap till medborgarkunskap

**Klockan sju på morgonen** den nionde mars 1885 ordnade Finlands Röda Kors sin första kurs i första hjälpen i tredje klassens väntsal i Helsingfors gamla järnvägsstationsbyggnad. På plats fanns 20 elever och kursspråket var svenska.

Första hjälpen och dess betydelse har diskuterats i och med att samhället har förändrats. Industrialiseringen och trafikutvecklingen har bidragit till att antalet olyckor har ökat. Den viktigaste målgruppen för utbildningen i första hjälpen ansågs vara järnvägsarbetare, brandmän och poliser – de människor som arbetade inom yrken där man ofta kom i kontakt med olyckssituationer.

**Efter ett första** uppsving falnade intresset för kunskaper i första hjälpen, men när världskriget bröt ut ökade intresset igen. En ny giv för första hjälpen-frågor innebar något senare de första första hjälpen-lådorna, som togs fram år 1929 för behov på landsbygden och i avsides trakter. Från och med år 1930 har arbetsplatser, skolor och kollektiva färdmedel enligt lagen förutsatts ha första hjälpen-utrustning. Första hjälpen-lådorna behövdes i olika och olika stora variationer, vilket öppnade marknaden för försäljning av första hjälpen-produkter. Den första jouten med första hjälpen ordnades år 1929 på Åbomässan.

**När första hjälpen-utrustning** blev obligatorisk behövdes också instruktion i användningen. Mary Lavonius och Martha Montén utbildades i Sverige och var de första officiella första hjälpen-instruktörerna inom Finlands Röda Kors. Först ordnades kurser för fabriker och hygien. Bland annat Kones anställda

fick utbildning i första hjälpen – men bara de manliga anställda, kvinnorna inom bolaget gick en kurs i hemsjukvård.

**Idag tänker vi** att första hjälpen ska vara en medborgarkunskap. En olycka kan inträffa var som helst – på fritiden eller på jobbet – och vem som helst kan vara den som är först på plats. År 1977 skrev Röda Korsets dåvarande biträdande generalsekreterare Gunnar Rosén så här med anledning om vår organisations 100-årsjubileum: "I en situation då man frågar sig 'varför görs det ingenting' anser Röda Korset att varje mänska som blir vittne till nöd och olyckor bör bära ansvar för de nödställda." Det här gäller fortfarande och i synnerhet i fråga om första hjälpen.

Under årens lopp har återupplivning skett på många olika sätt. Den tecknade bilden här intill ingick i räddningsanvisningar från år 1886. Nedan en bild på den gunga som engelsmannen Frank Eve utvecklade på 1930-talet. Patienten bands fast på bären till händer och fötter och gungades därefter kraftfullt fram och tillbaka i minst 90 graders vinkel.



FINLANDS RÖDA KORS ARKIV

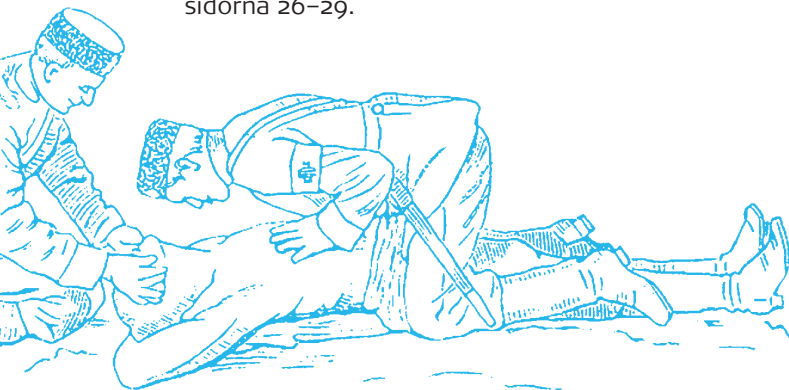


## Hjälpkurser en del av avdelningens jubileumsår

**Det är vår gemensamma uppgift** att tala om betydelsen av kunskaper i första hjälpen och lära folk att hjälpa. Första hjälpen kan rädda ett liv.

Hjälpkursen är en timmeslång kurs som presenterar grunderna i första hjälpen och bekanta praktiska övningar. Den är gratis och öppen för alla. Varje avdelning kan ordna en hjälpkurs. Avdelningen behöver inte ha en första hjälpen-grupp och grundkunskaper i första hjälpen räcker bra till. Hjälpkursen är ett lågtröskelevenemang där ni förutom första hjälpen kan informera om avdelningens övriga verksamhet, till exempel vänverksamhet eller psykiskt stöd. På så sätt stärker ni hjälpberedskapen inom ert område och engagerar nya människor i verksamheten! Ni får tillgång till allt material och de anvisningar ni behöver för hjälpkursen. Deltagarna får ett intyg över avlagd kurs.

Tillsammans talar vi om vikten av första hjälpen för Finland under hela året. Ni kan ordna en kurs när som helst. En bra tidpunkt är till exempel Rödakorsveckan, som under de senaste åren har haft fokus på första hjälpen. Läs mer om hjälpkurserna i samband med Rödakorsveckan på sidorna 26–29.



a. „Yks“, „Raks“,

### HISTORISK UTSTÄLLNING GER PERSPEKTIV

När som helst under året kan ni också ordna en historisk utställning som täcker Finlands Röda Kors viktigaste skeden i berättelseform. Ni får tillgång till utställningsmaterialet i ett färdigt paket. Ni kan ställa upp utställningen internt för att glädja er avdelning eller ni kan göra den offentlig till exempel i samband med hjälpkursen eller ha den i ett bibliotek inom ert område eller på något annat offentligt ställe. I samband med utställningen kan ni presentera avdelningens verksamhet och historia. Läs mer om utställningen i samband med Rödakorsveckan på sidorna 26–29.

### JUBILEUMSÅRET I ETT NÖTSKAL

- Fira er själva! Ni är hjältar, ni är hjälpare.
- Ordna en hjälpkurs och informera om avdelningens verksamhet i samband med den. Vi talar inom hela organisationen om att hjälpa och i synnerhet om första hjälpen.
- Ställ upp en historisk utställning när som helst, t.ex. under Rödakorsveckan. Berätta också om er egen avdelnings historia!
- Finlands Röda Kors ordinarie stämma ordnas i Helsingfors 10–11.6.2017. På Medborgarplatsen presenteras Röda Korsets verksamhet hela veckan.
- I våra riksomfattande webbkanaler och på sociala medier lägger vi ut material med historisk koppling under hela året. Kom ihåg att utnyttja det materialet i era kanaler! Använd taggarna #rodakorset140 och #punainenristi140.
- För kampanj aktivt, som alltid! Tips hittar ni i den här boken. Aktuell tilläggsinformation finns på RedNet.

## Vadå för kampanj?

**”Kampanjen är inget självändamål,** inte heller Röda Korset, utan enbart ett medel. Den innersta drivkraften i en modern kampanj är densamma som i Solferino, i Turkiska kriget, under hungeråren, under inbördeskrigets tunga år, under depressionen, de senaste krigsåren och åren därefter: en medmänniska kan inte lämnas i nöd, hon må vara vem som helst.”

**Gunnar Roséns ord under** Finlands Röda Kors 100-årsjubileumsår 1977 låter kanske lite högtflygande, men de påminner om en viktig sak: En kampanj är alltid ett medel. Därför ska en kampanj också alltid ha ett mål. Utan mål är en kampanj inte en kampanj. Utan åtgärder når kampanjen inte sitt mål.

En kampanj definieras de facto idag som en serie åtgärder som vidtas för att uppnå ett givet resultat. Röda Korsets kampanjer har samma grundläggande mål: att hjälpa människor i nöd. Våra fyra kampanjer har ändå olika betoningar och åtgärderna varierar enligt betoningarna.

**Utän hjälpare finns ingen hjälp.** Som frivillig hjälpare är du hjälten i alla kampanjer, för det är dina insatser som lindrar nöden. Fundera i er avdelning över vilka sätt att uppnå kampanjernas mål som fungerar allra bäst just för er. Hoppas det här häftet ger er tips och stöd i planeringsarbetet!

### VÄNDAGEN 14.2

Tillsammans kan vi göra slut på ensamheten. Vi ser varandra – vi ses.

**Syfte:** Vi hjälper ensamma, vi motarbetar ensamhet.

#### Åtgärder:

- Vi talar öppet om ensamhet: Vi lyfter fram problemet i vår kommunikation och i våra vändagsevenemang.
- Vi lockar med nya människor i vår verksamhet.
- Vi ger medmänsklig uppmärksamhet i smått och stort.

### VECKAN MOT RASISM 20–26.3

Ett mer jämlikt samhälle uppstår av allas gärningar. Jag bestämmer!

**Syfte:** Vi motarbetar rasistiskt beteende och hatprat, vi hjälper människor som har drabbats, vi skapar ett samhälle där alla är jämlika.

#### Åtgärder:

- Vi ingriper mot rasistiskt prat, vi informerar i frågan och ordnar evenemang kring ämnet.
- Vi ber människor fatta beslut som främjar ett samhälle där alla är jämlika. Vi fattar dem också själva.



Kampanjers bildvärld och slagord återspeglar alltid sin tid och den reklamstil som är förhärskande. Gamla affischer är intressanta eftersom de illustrerar sin tid.



### RÖDAKORSVECKAN 8-14.5

Röda Korset är en pålitlig hjälpare. Kunniga hjälpare skapar trygghet omkring sig.

**Syfte:** Vi firar 140-åriga Finlands Röda Kors. Vi berättar med hjälp av vår organisations historia om hur vi har svarat på 100-åriga Finlands behov. Vi ökar hjälpberedskapen.

#### Åtgärder:

- Vi presenterar vår historia genom en utställning (kan också ske på annat sätt).
- Vi berättar om Röda Korsets lokala verksamhet.
- Vi ordnar jubileumsårets hjälparkurser (kan också göras vid andra tidpunkter).

### HUNGERDAGEN 14-16.9

Det finns nöd i världen. Tack vare bidrag kan volontärer hjälpa nödlidande.

**Syfte:** Vi hjälper katastrofoffer här hemma och ute i världen.

#### Åtgärder:

- Vi samlar in pengar till katastrof-fonden. Insamlare med bössor runt om i landet samt andra sätt att bidra.
- Vi berättar om vårt biståndsarbete genom intressanta historier.



## Vändagskampanjen

14.2.2017

10

**"I dagens samhälle** uppskattar man intelligens, effektivitet och prestanda. Uppskattningen mäts i framgång och statussymboler snarare än i goda och balanserade relationer till människorna i närheten. Konkurrens och nyttotänkande kör lätt över mjuka värderingar."

Så rakt uttrycktes det i Röda Korsets första pressmeddelande inför Alla hjärtans dag för 30 år sedan, år 1987, då organisationen presenterade vändagen i Finland. Låter det bekant? Kanske som att samhällets värderingar inte har förändrats värst mycket?

**Människor mår bättre** när de har att göra med andra människor. Det har varit kungstanken inom vänverksamheten från första början, redan på 1950-talet, då man fäste uppmärksamhet vi ensamhet och förhållanden bland äldre. Tack vare Röda Korsets initiativ har vändagskampanjen också alltid lyft fram just vänskapen. Betoningen är exceptionell, eftersom man i många andra länder har firat Valentindag i flera hundra år, med romantisk kärlek som dagens tema.

**Vändagskampanjen skapades** i Finland som en vänskapens fest, men också som en tidpunkt då man kan peka på ensamhet och den vägen på Röda Korsets vänverksamhet: på er volontärer, som ger av er tid för att motarbeta ensamheten. År 2017 är det kanske mer aktuellt än någonsin.



**Visste du?**

Var femte finländare upplever ensamhet ibland och var tionde ofta. Speciellt utbrett är ensamhet bland äldre och ungdomar, men ensamhet kan drabba vem som helst av oss: människor i alla åldrar och alla livssituationer. Ensamhet kan också kännas som avsaknad av grupptillhörighet eller att man känner sig osynlig eller känner fysisk smärta.

Gertrud Wichmann (nedan) arbetade enträget tillsammans med Toini Meurman för att sprida vänverksamhet på sjukhusen i Finland på 1950-talet. "Mitt huvudsakliga budskap var att människor borde lära sig att lyssna till varandra. (...) Vi talade inte då ännu om någon väntjänst, utan om att ta hand om åldringarna. (...) Där förverkligas det som jag aldrig blir trött på att tala om: man lyssnar till en medmänniska på hennes egna villkor." (Röda Korsets tidning 1/1989.) Bilden nere till höger är ur Wichmanns album.



FINLANDS RÖDA KORSETS ARKIV

### EGEN ERFARENHET AVGÖR

Så sent som på 1980-talet ansåg ensamhet vara en individuell egenskap, konstaterar forskare. Idag ser vi i första hand ensamhet som en upplevelse av den egna ställningen i samhället. Även om upplevelsen av ensamhet är överrepresenterad i vissa grupper kan vem som helst känna sig ensam. I stället för egenskaper är till exempel den livssituation man befinner sig i en viktig faktor.

Idag siktar vår vänverksamhet på att föra samman människor av olika slag och få dem att verka tillsammans. Innehållet i utbildningen har också förändrats enligt tidens krav. År 2017 finns det närmare 9 000 frivilliga rödakorsvänner runt om i Finland. Vi tänker också att engagemang i frivilligverksamhet minskar ensamheten – vare sig det är vänverksamhet eller något annat.

**Visste du?** I slutet av 1950-talet nåddes Finland av uppgifter om "patientvänner" i Centraleuropa och Norska Röda Korset. Verksamheten hade kommit igång efter andra världskriget, då amerikanska soldater vårdades på sjukhus runt om i Europa. Man insåg att de som hade familjer och vänner i närheten blev friska snabbare, medan de som var ensamma saknade viljan att återhämta sig. Anhöriga till andra patienter började hälsa på även hos de patienter som inte hade sina släktingar och vänner på nära håll.



GERTRUD WICHMANN

## Kamp mot ensamhet i över 60 år

**I samband med krig** eller en olycka är hjälpbehovet plötsligt. Röda Korsets vänverksamhet är hjälp av ett annat slag: långsiktigt, förutseende och precis lika viktigt. En frivillig vän kan förändra en annan människas liv.

Utvecklingen av vår vänverksamhet beskriver väl hur snabbt vårt samhälle har förändrats och urbaniserats från 1950-talet till idag. Verksamhetens namn, målgrupp och infallsvinklar har levt med förändringarna i samhället. Ibland har fokus legat på individens ensamhet och att åtgärda det, ibland har man i stället betonat behovet att väcka liv i gemenskapen. Viktigt har det hela tiden varit att identifiera de människogrupper som blir utan tillräckliga sociala kontakter. Uppdraget har från början varit det samma: att hjälpa ensamma, att motverka ensamhet och därmed förebygga behovet av akuta hjälpbehov.

**Vänverksamhetens rötter** finns i efterkrigstiden. Under 1950-talet började man oroa sig i synnerhet för äldre: det fanns skäl att förbättra deras situation. Det viktigaste målet blev att se till att åldringar kunde bo kvar hemma så länge som möjligt. För att bidra till det satsade man på hjälp i hemmen och år 1954 hade Röda Korset redan 470 "hembesökare".

År 1959 började frivilliga besöka sjukhus för att sprida glädje bland kroniker av olika slag, alltså inte bara åldringar. Man började utbilda folk till rödakorsvänner och den officiella vänverksamheten inleddes.

**Flyttrörelsen från landsbygden** påverkade 1960-talets Finland. Den snabba ekonomiska tillväxten innebar att det fanns arbetsplatser i städerna; familjeband kapades och kvar på landsbygden fanns en åldrande befolkning i behov av hjälp. Den nya urbana livsstilen orsakade också problem. En högre levnadsstandard skyddade inte mot sociala problem som ensamhet.

**Urbaniseringen har** skett relativt sent i Finland, men den gick fort, och det har inneburit en omvälvning i samhället. Så sent som år 1980 stod det så här i vår tidning: "Ensamhet, rotlöshet och isolation är problem både på landsbygden och i städerna. Kanske organiserad vänverksamhet är ett sista försök att skapa mänskliga relationer där sådana saknas, men denna lösning är en nödvändighet åtminstone tills människor lär sig leva i det urbaniserade samhället och på nytt lär sig ta ansvar för varandra."

**I takt med att livslängden ökade på** 1970-talet började allt fler äldre människor känna ett behov av meningsfull sysselsättning. Vid sidan om de äldre blev fångarna och under 1980-talet mentalvårdskonvalescenterna viktiga målgrupper för vänverksamheten. Under årens lopp har också bl.a. anhörigvårdare, ungdomar, invandrare och asylsökande blivit föremål för vänverksamheten och idag är verksamheten väldigt varierad. Det är en följd av ökad förståelse: insikten om att vem som helst kan vara ensam.

Vi kan lindra ensamheten med små gärningar och helt enkelt genom att vara observanta och omtänksamma. Att se sin medmänniska är kärnan. Vi ses – vi ser varandra.

14

Vändagskampanjen 14.2.2017



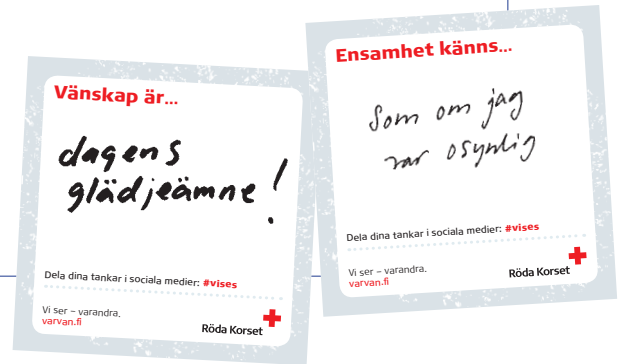
HANNA LINNAKKO



MIKA OKKO

### KOM IHÅG ATT BESTÄLLA NYTT MATERIAL

Ni har väl redan beställt vändagens materialpaket till avdelningen? Paketet finns i webbutiken på adressen rodakorsbutiken.fi och innehåller allt kampanjmaterial ni behöver. Gör er beställning senast 5.2. Kom också ihåg att informera massmedia om era vändagsevenemang och se till att ni informerar om vänverksamheten vid era evenemang.



”När jag får feedback av en ung människa som har fått stöd och en kompis via oss så tänker jag att det inte skulle ha hänt utan oss vänförmedlare. Jag känner starkt hur det här jobbet påverkar vissa ungdomars liv. Det är också ett jobb som skapar press, eftersom vi inte kan hjälpa alla och alla vänrelationer inte funkar. Därför måste man komma ihåg att ens egna resurser och möjligheter att hjälpa är begränsade och vara glad åt det lilla man faktiskt kan påverka. Förutom själva frivilligarbetet är det jätteterapeutiskt att träffa andra volontärer på rodakorsevenemang. Det bär upp min tro på en bättre värld att se hur engagerade och ivriga människor är att hjälpa andra på sin fritid.”

#### Ulla Simonen

Ung för unga-vändeförmedlare  
Mellersta Helsingfors avdelning  
volontär sedan år 2014

**Alla vill höra** någonstans. I samband med vändagens 30-årsjubileum återvänder vi på sätt och vis till kampanjens rötter. I vändagsinformationen år 1987 hette det så här: "En önskan att höra till en gemenskap och bli accepterad hör till människans grundläggande behov." Om behovet inte tillfredsställs uppstår illamående som tar sig i uttryck på olika sätt."

I vår kommande vändagskampanj betonar vi behovet att se och bli sedd och den känsla av tillhörighet som på så sätt skapas. Vi betonar vikten av omtänksamhet i arbetet mot ensamhet. Vi säger: Vi ses – vi ser varandra.

**I år** tänker vi på ensamhet i ett bredare perspektiv än genom avdelningens "officiella" verksamhet. Hur kan vi lindra ensamheten i vardagen? Ensamhet bekämpas med små, alldeles alldagliga gärningar: genom att le, att möta en medmänniskas blick; vi ser varandra och är omtänksamma. Det är i omtanken vi lindrar ensamheten – i kontakten vi skapar till en medmänniska. Genom att tala ärligt om ensamhet inspirerar vi nya människor att engagera sig som rödakorsvänner. Kom också ihåg att all övrig avdelningsverksamhet också bidrar till kampen mot ensamhet!

**Vi kan göra** slut på ensamheten, men bara tillsammans. Gör era vändagsevenemang till öppna mötesplatser med låg tröskel. Vi ser till att var och en får träffa en medmänniska på vändagen och berätta hur det står till.

## MINNESLISTA

Vi kan göra slut på ensamheten, men bara tillsammans.

- Vi ser till att var och en får träffa en medmänniska på vändagen och berätta hur det står till.
- Vem som helst kan vara ensam – vem som helst kan vara en vän.
- Ju mindre ensamhet det finns, desto bättre mår hela samhället.
- Alla är välkomna!

## Kom också ihåg de här!

- Omtankens kärna: Jag ser dig.
- Omtanke skapar kontakt med en medmänniska.
- Något alldeles litet kan skapa kontakt, t.ex. ett leende eller att vi hälsar på någon.
- Bjud in nya människor att planera och delta i era evenemang.
- Bjud in människor som deltar i evenemangen att delta i vänverksamheten.
- Ordna vätkurser genast efter evenemangen.

## Mer information och viktiga länkar:

[rednet.rodakorset.fi/vandagen](http://rednet.rodakorset.fi/vandagen),  
[varvan.fi](http://varvan.fi), [rodakorsbutiken.fi](http://rodakorsbutiken.fi)

## Taggar:

#vises, #nähdään, #vändagen,  
#ystävänäpäivä, #slutpåensamheten  
#lopetetaanyksinäisyys

## MINNESLISTA FÖR ALLA KAMPANJER

1. Beställ materialet i webbutiken.
2. Mata in ert öppna evenemang i RedNets händelsekalender.
3. Kom ihåg att informera massmedier och övrigt kommunikationsarbete.
4. Bjud in människor att delta i planeringen.
5. Bjud in människor att delta i evenemanget.
6. Bjud vid evenemanget in människor att delta i verksamheten.
7. Tack alla parter och ordna de kurser som behövs strax efter evenemangen.
8. Svara på responsenkäten.

Frivilligverksamhet är olika i olika områden, eftersom varje regions lokala behov definierar vad avdelningarna gör. På bilden Rovaniemi avdelnings frivilliga snöröjarpatrull.







**Punainen Risti**  
Röda Korset



**140**

**VUOTTA AUTTAJIA**  
ÅR AV HJÄLPARE

Jubileumsårets viktiga datum

JANUARI

FEBRUARI

MARS

APRIL

MAJ

JUNI

Hela årets tema. Hjälpare i 140 år.

Lösgör kalendern och fäst den på avdelningens vägg. Fyll i era egna viktiga datum!

**8.2**  
Hjälpens värld 1 utkommer

**Vecka 14**  
Här och Nu 2/2017 utkommer

**5-11.6**  
**Stämmo-  
veckan**

Evenemang på Medborgartorget i Helsingfors

**13.1**  
Olycksfallsdagen

**14.2**  
**Vändagen**  
Ordna vändagsevenemang, berätta om vänverksamheten.

**8-14.5**  
**Rödakors-  
veckan**

Ordna en hjälparkurs eller historisk utställning eller båda. Informera om er egen avdelnings verksamhet och det som är viktigt för er. Fira er själva!

**10-11.6**  
**Röda Korsets  
ordinarie stämma**

Ordinarie stämman är Finlands Röda Kors högsta beslutsfattande organ. Över tusen medlemmar samlas för att godkänna organisationens nya strategi.

**17-19.3**  
**Röda Korsets  
Ungas årsmöte**

**Vecka 4**  
Här och Nu 1/2017 utkommer

**20-26.3**  
**Veckan  
mot rasism**

Ordna glada jippon, stärk bilden av Finland som ett öppet land. Bestäm er individuellt eller hela avdelningen för något antirasistiskt.

**26.4**  
Hjälpens värld 2 utkommer



JULI

AUGUSTI

SEPTEMBER

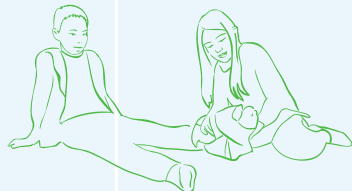
OKTOBER

NOVEMBER

DECEMBER

Vi talar om första hjälpen och historia. Kom ihåg hjälparkurserna och utställningen!

**3-6.8**  
Komia! – Stort  
första hjälpen-  
läger



**6.9**  
Hjälpens värld 3  
utkommer

**9.9**  
Första hjälpen-  
dagen, första  
hjälp-tävlingar  
i alla distrikt

**2-9.10**  
De gamlas vecka

**8.11**  
Hjälpens värld 4  
utkommer

**1.12**  
Världsaidsdagen  
**3.12**  
Volontärdagen

**14-16.9**  
**Hungerdagen**

Ordna en insamling  
med bössor i normal  
ordning. Tala om  
Röda Korsets hjäl-  
pinsatser i kata-  
strofområden och  
här hemma. Vad nytt  
kunde ni göra under  
Hungerdagen?

**13.10**  
Olycksfallsdagen

**Vecka 45**  
Här och Nu 4/2017  
utkommer

**6-12.11**  
Drogförebyggande  
veckan

**11.11**  
Näsdagen

**25-27.8**  
Ilmi 2017 –  
Gemensam  
Vapepaövning



**17.10**  
De hemlösas natt

**24.11**  
Insamlingen Jul i  
sinnet börjar



**24.12**  
Insamlingen  
Jul i sinnet slutar

**Vecka 35**  
Här och Nu 3/2017  
utkommer

## Frågor och svar

### **HUR KAN JAG BESTÄLLA KAMPANJMATERIAL GRATIS I WEBBUTIKEN?**

Du kan beställa kampanjmaterial gratis i webbutikens organisationsvy genom att logga in med avdelningens inloggnings-ID. Kontakta säljavdelningen om inloggningsuppgifterna har kommit bort: myynti@rodakorset.fi eller 020 701 2211.

### **VARFÖR MÅSTE AVDELNINGEN MEDDELA ETT OFFENTLIGT EVENEMANG I REDNETS HÄNDELSEKALENDER?**

Händelsekalendern är det lättaste sättet att hitta aktuella evenemang i den egna regionen. Ni får folk till era evenemang när informationen finns på webben.

### **VAR HITTAR JAG JUBILEUMSÅRETS LOGGA 140 ÅR AV HJÄLPARE?**

Du hittar 140 år av hjälpare-loggan i materialbankens avdelning för kampanjer. Samma regler gäller användningen av jubileumsloggan som för Röda Korsets emblem. Mer information finns i materialbanken. Om du inte har tillträde till materialbanken kan du registrera dig på aineistopankki.punainenristi.fi.

### **VAR FÅR JAG STÖD OCH MER INFORMATION?**

Stöd för kampanjarbete och jubileumsåret får du:

- av ditt eget distrikt
- på RedNet på ifrågavarande kampanjs egen sida
- via våra riksomfattande webbkanaler: ni kan till exempel sprida Röda Korsets innehåll på sociala medier och webbnyheter i era kanaler
- via kampanjvisa informationsbrev under året.

### **ALLMÄN INFORMATION KAMPANJVIS:**

#### **Vändagen:**

sari.byman@rodakorset.fi och maaret.alaranta@rodakorset.fi

#### **Veckan mot rasism:**

janette.gronfors@rodakorset.fi (kampanjhelheten) och emilia.fagerlund@rodakorset.fi (distrikts- och avdelningssamarbete)

#### **Rödakorsveckan:**

sari.byman@rodakorset.fi (helheten),  
päivi.piili@rodakorset.fi (hjälpkurserna) och mari.vehkalahti@rodakorset.fi (historieutställningen)

#### **Hungerdagen:**

Hungerdagstelefonen 040 717 6800 och keraykset@rodakorset.fi



## Veckan mot rasism

20–26.3.2017

22

**Jag bestämmer!** I mars tar vi bestämt ställning mot rasistiskt prat och beteende och fattar beslut som främjar ett öppet och jämlikt samhälle. Rasistiskt beteende är diskriminering som innebär att man inte behandlar människor lika på grund av deras bakgrund eller någon egenskap som de tillskrivs. Ett samhälle som präglas av jämlikhet och likabehandling kan vi bidra till genom att var och en bestämmer sig för att påverka sin närmiljö. Röda Korset har redan länge drivit kampanj och verkat mot rasism, diskriminering och mobbning.

**Det har alltid hört** till organisationens grundläggande uppgifter att hjälpa dem som är svagast och mest sårbara. De vars röst i samhället är svagast kan ofta inte delta i debatten överhuvudtaget – eller bestämma vad som ska diskuteras. Ibland är det bästa sättet att hjälpa att tala för humanitet och på så sätt påverka samhällets värderingar. I den här kampanjen handlar det helt enkelt om respekt för människovärdet och att främja medmänskliga värderingar. Det är ytterst viktigt just nu.

Under en vecka förenar vi våra krafter och uppmuntrar människor att berätta hur man kan skapa en diskrimineringsfri atmosfär för alla genom goda beslut, positivt tänkande, berättelser, vänskap och möten med medmänniskor. Och så kommer vi ihåg att göra det själva också!



Röda Korset arbetade mot rasism redan på 1980-talet.

Under veckan mot rasism har det under årens lopp ordats många olika jippon. Var modiga i er avdelning: ni kan hitta på en massa kul kring det här temat!





Rasistiskt tänkande står i konflikt med Röda Korsets principer, som i stället betonar humanitet och opartiskhet. Under Veckan mot rasism satsar vi på ökat samförstånd och vänskap människor emellan. Möten mellan olika människor är ett bra sätt att motarbeta fördomar. Det är också viktigt att tala om fenomen som bidrar till rasism, till exempel felaktig information.



MIISA KAARTINEN



JARKKO MIKKONEN



KIIJA ETELÄVUORI



EEVA ANUNDI



## Drömsamhället kan vi bygga

**Vem som helst kan** delta i kampanjen genom att bestämma sig för något antirasistiskt. Beslutet skrivs på en lapp och läggs i en insamlingslåda. Distriktet samlar in besluten i slutet av kampanjen och för dem till lokala beslutsfattare. Genom att föra besluten till fullmäktige ger vi beslutsfattarna en tydlig signal om ett hurdant Finland vi vill ha. Sitt eget beslut kan man också lägga ut med eller utan bild på sociala medier med taggen #minäpäättä, #jagbestämmer och #idecide.

Var och en av oss kan på så sätt bidra till ett jämlikt, tryggt och öppet samhälle som välkomnar alla. Röda Korsets kampanj mot rasism genomförs årligen under den vecka som FN:s dag mot rasism 21.3 infaller.

Det självständiga Finland fyller hundra år. Det skapar ett fint tillfälle att stärka bilden av Finland som ett öppet och bra land – och av finländarna som vänliga människor! Ni kan uppmuntra folk att berätta om hur man kan skapa en diskrimineringsfri atmosfär för alla genom goda beslut och möten människor emellan. Tala för ett pluralistiskt och jämlikt samhälle där alla har lika möjligheter att verka och påverka.

**Kampanjen tar ställning** för hur man kan bygga ett drömsamhälle genom konkreta gärningar och beslut. På kampanjvideon berättar vanliga finländare från olika delar av landet om sina egna beslut mot rasism och uppmuntrar andra att ta efter. Videon visas på Yles kanaler under kampanjveckan. I kampanjen deltar också ett antal idrottsföreningar, myndigheter och andra samfund. Kampanjens beskyddare är republikens president Sauli Niinistö.

Kampanjveckan sparkar synligt igång måndagen 20 mars på Narinken i Helsingfors – välkommen!

### MINNESLISTA

Vi informerar närmare om kampanjen senare. Redan nu kan du ändå fundera om du eller hela avdelningen kunde göra t.ex. följande.

- Fatta ett bra beslut mot rasism, skriv upp det och lägg lappen i insamlingslådan. Be andra göra det också.
- Hela avdelningen kan också fatta ett gemensamt beslut!
- Publicera ditt beslut på sociala medier med taggen #jagbestämmer eller #minäpäättä på finska eller #idecide på engelska.
- Beslutet kan vara en direkt handling eller vilket slags löfte som helst som har att göra med att bygga ett lokalsamhälle som är tryggt och öppet för alla.
- Dela kampanjvideon på sociala medier.
- Beställ och ladda ner gratismaterial för kampanjen i Röda Korsets webbutik eller på webbplatsen [www.motrasism.fi](http://www.motrasism.fi).

### Mer information och viktiga länkar:

[www.motrasism.fi](http://www.motrasism.fi),  
[rednet.rodakorset.fi/node/3956](http://rednet.rodakorset.fi/node/3956),  
[rodakorsbutiken.fi](http://rodakorsbutiken.fi)

**Taggar:** #jagbestämmer, #minäpäättä, #frkmotrasism, #spreirasismille

## Rödakorsveckan

8–14.5.2017

26

**Visste du att** Rödakorsveckan är vår äldsta kampanj? "Röda Korsets dagar" firades på lite varierande sätt redan under krigsåren i början av 1940-talet. År 1945 ordnades en stor Röda Korset-utställning på Stockmann i Helsingfors. Utställningen presenterade våra hjälpsatser under kriget som precis var slut. Utställningen var en del av Rödakorsveckan och den sågs av 25 000 människor. Man gav bland annat information om och visade bilder av transport av sårade och omsorg om krigsinvalid. Sjukvårdsutrustning, korgmöbler tillverkade av krigsblinda samt proteser fanns också utställda.

**Ett par år senare**, i samband med Röda Korsets "dagar" år 1947, riktade republikens president J.K. Paasikivi blicken mot framtiden i ett radiotal:

"Freden, som nyss kommit, berättigar oss att med tillförsikt se mot framtiden. Men ännu återstår många prövningar innan svårigheterna skingras och livet blir lättare. Finlands Röda Kors och Mannerheim-förbundet gör allt för att hjälpa också under detta nya skede. Medborgare, då vi firar Röda Korsets och Mannerheim-förbundets dagar, må vi ägna en stund åt deras arbete. Låt oss tacka dem för deras tjänster och var och en på sitt håll stödja det arbete de på sitt arbetsfält utför för att skapa en bättre framtid för Finlands folk." (Citat ur Röda Korsets tidning 1947.)

**Vår betydelse för Finland** och för vanliga människor i såväl krig som fred har varit enorm. Röda Korsets historia är hela Finlands historia. Få organisationer kan säga så, så låt oss vara stolta och fira Rödakorsveckan tillsammans!

Bilar donerade av Schweiziska Röda Korset år 1946. Bilarna hörde till det materiella bistånd vi mottog efter andra världskriget och de delades ut till Finlands Röda Kors distrikt.

**Visste du?**

Internationella Röda Korsets dag har också sina rötter i krig – eller i efterlängtat fred. Redan efter första världskriget, år 1922, föreslog Tjeckoslovakiska Röda Korset att alla nationella föreningar skulle ha en gemensam dag. Idén fick luft under vingarna först efter andra världskriget och år 1948 firades Röda Korsets dag internationellt för första gången på Henry Dunants födelsedag, den 8 maj. Idag infaller Rödakorsveckan i Finland just den veckan.



## Fira er själva!

**De senaste åren** har Rödakorsveckans betoning legat på första hjälpen, men kampanjen har alltid också varit ett tillfälle att tala allmänt om Röda Korset och dess hjälparbete. Till exempel under 1980-talet informerade man under Rödakorsveckan om bl.a. katastroffonden och vänverksamheten.

Vilken verksamhetsform är speciellt stark just i er avdelning? Maximera nyttan av Rödakorsveckan och fira er själva – och era föregångare. Berätta hurdan hjälpare er avdelning är inom sitt område. Ett bra sätt att lyfta fram frivilliga hjälparens insatser under årens lopp är en historieutställning som i huvudsak består av fotografier, som är lätt att ställa upp och som produceras av centralbyrån.

I samband med den allmänna historia som presenteras kan ni också visa upp ert eget lokala hjälpanandes historia. Finns det ett lämpligt kafé eller ett bibliotek där man kunde ställa upp utställningen? Till utställningen får ni ett häfte som presenterar vår historia i berättelseform. Häftet är avsett att delas ut till utställningsbesökare, men fungerar också som stöd för er själva.

**Röda Korsets** gåva till Finland är jubileumsårets hjälparkurser. Första hjälpen är en grundkunskap som alla hjälpare behöver och därför hoppas vi att så många som möjligt går hjälparkursen, som är en timmeslång snabbkurs i första hjälpen. En människa är mer redo och mer benägen att hjälpa i en nödsituation om hen kan grunderna i första hjälpen. Kursen är också ett bra tillfälle att informera om er avdelnings verksamhet och om vilken form av hjälp ni anser att är viktig just nu och inom ert område. Visst är ni med och gör regionen tryggare: delta i jubileumsårets Röda korsvecka!

### MINNESLISTA

Välj om ni ordnar en historisk utställning eller en hjälparkurs under Rödakorsveckan. Eller klarar ni av att ordna båda?

- Utställningen kan man också ha i samband med hjälparkursen.
- Både utställningen och kursen kan man ordna när som helst under åren.
- Rödakorsveckan är en naturlig tidpunkt för båda två. Om ni ordnar den ena då kanske ni kan ha den andra i ett annat skede?

### Historisk utställning

Utställningen består i huvudsak av bilder och täcker Finlands Röda Kors viktigaste skeden och teman.

- I samband med utställningen kan ni också berätta om er avdelnings och lokala hjälpinsatsers historia. Samla ihop foton eller minnesbilder!
- Använd taggen #rodakorset140, #punainenristi140.
- Utställningen är lätt att fixa: ni får ett färdigt paket som innehåller allt ni behöver.
- Till utställningen hör ett presentationshäfte som ni kan använda som hjälp och dela ut till besökare.
- Ni kan ordna utställningen i samarbete med grannavdelningen.

År 1929 presenterades första hjälpen-lådan i synnerhet för landsbygdens och avlägsna trakters behov. Lådan på bilden var den första produkten som såldes av Finlands Röda Kors.



Funderar du på taggarna? Du har säkert märkt att vi ber dig använda taggar i samband med inlägg om kampanjer och jubileumsåret på sociala medier. En tagg (eller hashtag) gör det lättare att klassificera och hitta saker och ting på sociala medier. Om du berättar om ditt hjälparbete och lägger till en lämplig tagg så kommer ditt inlägg, din tweet eller din Instagram-bild automatiskt att placeras med andra inlägg om samma ämne. Tillsammans är vi starka – också i "some"!

## Hjälparkurs

Hjälparkursen är en timmeslång snabbkurs i första hjälpen. I kursen ingår praktiska övningar som att kontrollera andningen och att stilla en blödning. Målet är att ge människor kunskap och mod att vara en hjälpare.

- För kursen får ni anvisningar samt det material som delas ut till deltagarna. Distriktet ger också stöd!
- Engagera avdelningens första hjälpen-grupp i planeringen om ni har en sådan.
- Berätta efter första hjälpen-avsnittet om verksamheten i er avdelning eller tala om hurdan hjälp ni själv tycker är viktig just inom ert område. Hurdan hjälpare är er avdelning? På så sätt får ni nya människor att ställa upp!
- Använd taggarna #hjälpare, #auttaja och #rodakorset140, #punainenristi140.
- Kursen är gratis för deltagarna och de får ett intyg över avlagd kurs.
- Ni kan ordna kursen i samarbete med grannavdelningen.
- Om ni har en egen första hjälpen-instruktör i avdelningen kan ni i stället för en hjälparkurs erbjuda en fyra timmar lång kurs i livräddande första hjälpen för en grupp deltagare.
- Har Att kunna hjälpa-kunskapsbanorna fungerat bra för er under Rödakorsveckan? Ni kan bra ställa upp en bana i år igen!

### Mer information och viktiga länkar:

[rednet.rodakorset.fi/hjalparei140ar](http://rednet.rodakorset.fi/hjalparei140ar)  
[rednet.rodakorset.fi/veckan](http://rednet.rodakorset.fi/veckan),  
[rodakorsbutik.fi](http://rodakorsbutik.fi)

**Taggar:** #rodakorset140, #hjälpare



LEENA KOSKELA



FINLANDS RÖDA KORS ARKIV

## Insamlingen Hungerdagen 14-16.9.2017

30

**"De som arrangerade** alla dessa verksamheter arbetar frivilligt, och är värda en eloge för att Hungerdagen lyckades så väl." – Finlands Röda Kors' tidning 1/1983

Hungerdagen sammanfattar väl bättre än någonting kraften och vikten av Röda Korsets volontärer. År 1980 kom Mailis Korhonen, frivillig i rödakorsavdelningen i Pälkäne, tillsammans med Tavastlands distrikts verksamhetsledare Erkki Korkama på att man måste göra något åt nöden i världen.

Resultatet var Dagmar-dagens insamling (Siskon päivän keräys på finska), där idén var att man skulle donera en summa som motsvarade ett mål mat för att hjälpa nödlidande. Trots att en tidningsstrejk orsakade informationsproblem fick evenemanget genomslag: De 3800 invånarna i Pälkäne samlade in 12 000 mark för att lindra hungersnöden i Afrika. I vår tidning skrev man högtidligt: "Det uppstod en verklig folkrörelse. (...) Röda Korset syntes effektivt hela dagen i kyrkoby, eftersom FRK-flaggan vajade på stadshuset, skolorna, bankerna och församlingshuset."

Korhonen och Korkama kunde inte ana hur stort det hjälpevenemang de hade hittat på skulle bli. Redan följande år ordnades insamlingen i hela Finland och namnet Hungerdagen etablerades snabbt. Under

de 37 år insamlingen har ordnats har medel använts till att hjälpa offer för krig och naturkatastrofer samt flyktingar överallt i världen.

Finlands Röda Kors ordnade visserligen insamlingar med insamlingsbössor för att hjälpa nödlidande redan före Hungerdagen. Insamlingsbössan på bilden är från 1940-talet. Idag känner de flesta finländare igen våra insamlingsbössor.



Insamlarna är oändligt viktiga för Hungerdagen – på många sätt. De samlar in mer än hälften av insamlingsmedlen till katastroffonden. Dessutom är de en synlig påminnelse om att det finns många av oss hjälpare överallt. Det uppmuntrar andra att också engagera sig, antingen som insamlare eller som givare. För många är Hungerdagen det lättaste sättet att delta i Röda Korsets hjälparbete.





## På plats när hjälp behövs

**Idag talar vi inte** längre bara om hungersnöd i samband med Hungerdagen, men grundtanken bakom insamlingen är den samma. Vi samlar in pengar till katastroffonden och hjälper människor i nöd – osjälviskt. Under senare år har bland annat offer för kriget i Syrien, jordskalvet i Nepal och torkan i södra Afrika behövt hjälp.

Vad är det som gör just vår insamling speciell? Svaret är enkelt: Det gör ni frivilliga. Röda Korset har ett helt unikt nätverk av hjälpare, ett nätverk som finns överallt i Finland och överallt i världen. Kampanjen har under de senaste åren lyft fram er volontärer och det faktum att ni finns på plats när hjälp behövs. Samma betoning fortsätter under jubileumsåret 2017.

**När ni ordnar** insamlingen Hungerdagen i er avdelning – samlar ihop människor, delar ut bössor, samlar in pengar, informerar om kampanjen – utgör ni det första steget i hjälpen. Följande steg är de rödakorsvolontärer som tack vare era insatser kan se till att hjälpen når fram. Det är viktigt att komma ihåg att ni vid sidan om konkret materiell hjälp också skickar nödlidande hopp om en bättre morgondag. Hungerdagen är uttryckligen en kampanj som ger hopp, en påminnelse om att många vill hjälpa. Förutom mat, vatten eller första hjälpen är hoppet livsviktigt för den som lever mitt i en katastrof. Låt oss alltså göra det lätt att hjälpa!

”Tanken att en nödställd människa behöver även vår hjälp har fallit i god jordmån. (...) Katastrofarbete kräver pengar och folk är villiga att ge pengar för denna verksamhet. Därför måste det vara möjligast lätt och enkelt att rent tekniskt göra en donation.” – Finlands Röda Kors' tidning 1/1983

### MINNESLISTA

Volontärer finns på plats överallt i världen. Du ingår i det nätverket! Utan frivilliga skulle vi inte ha hjälp från Röda Korset.

- Jubileumsårets Hungerdagen gör vi till allas gemensamma insamling. Du kan väl ställa upp även om du inte har varit med förut?
- Var påhittiga! Kan man presentera avdelningens verksamhet och t.ex. ordna en uppvisning i första hjälpen och samla in pengar i samband med det?
- Det finns många konflikter och kriser i världen. Närmare insamlingens datum meddelar vi vad vi betonar i kampanjen. Kom ihåg att också tala om hjälp i hemlandet!

**Mer information och viktiga länkar:**  
[rednet.rodakorset.fi/hungerdagen](http://rednet.rodakorset.fi/hungerdagen),  
[hungerdagen.fi](http://hungerdagen.fi)

**Taggar:** #hungerdagen, #nälkpäivä

” Det bästa med Hungerdagen är mötena med människor. Ett leende och att man utbyter några ord med en okänd givare eller en pratstund med en volontär på insamlingscentret. Stämningen är alltid speciellt varm under Hungerdagen. Genom att ge av min egen tid kan jag hjälpa andra och ha meningsfull sysselsättning själv. Min lön är mitt goda humör.

**Anne Wiikeri**  
 Hungerdagens  
 insamlingsledare,  
 Hagalunds avdelning  
 frivillig sedan år 2005





Röda Korset har alltid hjälpt även på annat håll än här hemma. När den finländska rödakorsföreningen höll sitt konstituerande möte bara ett par veckor efter att rysk-turkiska kriget hade brutit ut i maj 1877 var förväntningarna skyhöga. Insamlingen för att skicka ett lasarett till fronten inleddes genast och inom kort hade man en plan för att bygga ett ambulande lasarett – en ambulans. 140 år senare hjälper vi till exempel sårade i kriget i Syrien (nedre bilden).

## HUNGERDAGENS NYCKELORD

**Katastroffonden.** Grundades år 1961 för att underlätta förvaltningen av insamlade medel. Under Hungerdagen samlar vi in medel till katastroffonden. Tack vare katastroffonden kan vi hjälpa där behovet av hjälp är störst.

**Kalkku.** Röda Korsets logistikcentral som har funnits sedan år 1965. Där lagras biståndsmaterial av alla slag, från tvål till fältsjukhus. Kalkku finns i Tammerfors och var ursprungligen Blodtjänsts lager. Härifrån skickas biståndsförsändelser ut i världen!

**Bössinsamling.** Insamlingen Hungerdagen är en bössinsamling som pågår i tre dagar. Under flaggskeppsinsamlingen tar vi på oss våra insamlarvästar och syns överallt i Finland. Idag kan man också delta i Hungerdagen genom webbdonationer eller SMS redan långt innan insamlingen med insamlingsbössor har kommit igång och efter att den har tagit slut.

Insamlingsbössor, affischer och illustrationer har förändrats under åren.



FINLANDS RÖDA KORSS ARKIV



IBRAHIM MALLA

## En hälsning från en frivillig: Annikki Lämsä

34

### Om det gemensamma goda går förlorat försvinner också människan

**Mitt eget frivilligengagemang** är kopplat till en enkel tanke: När jag tar hand om andra tar jag också hand om mig själv. I första hjälpen kan man se det tydligt. Att skaffa sig kunskaper i första hjälpen är lätt – allt man behöver göra är delta i Röda Korsets första hjälpen-utbildning – och de kunskaperna ger trygghet åt en själv, åt familjen och de anhöriga. Tillsammans med andra kan jag påverka trivsamhet och trygghet i min närmiljö, vilket i sin tur påverkar mitt och mina närmastes liv. Det är alltså inte fråga om att uppoffra sig, utan jag och min livsmiljö blir också bättre.

En del av att vara människa är medmänsklighet, vilkan att hjälpa och ta hand om andra. Var och en har också behov av hjälp och acceptans. Kärlek till vår nästa är mänskligt och det bygger frivilliga hjälpinsatser på. Jag hoppas att mina egna insatser också tar avsakts i medmänsklighet.

**Jag blev medlem i Finlands Röda Kors** i mitten av 1960-talet, för mer än 50 år sedan. Under årens lopp har jag bland annat varit hälsovårdssekreterare i Uleåborgs distrikt och haft förtroendeposter på olika nivå från centralförvaltning till avdelning. Jag har fått lära mig hur det lokala, regionala, nationella och internationella Röda Korset fungerar och upprätthåller sin beredskap.

Det har stärkt min tanke om att Röda Korsets hjälparbete görs i avdelningarna under ledning av funktionärer. Verksamheten konkretiseras i utbildningen i första hjälpen, i första

hjälpengruppverksamheten, i vänverksamheten och verksamheten för anhängvårdare, i olika kampanjer och i främjande av välfärd och hälsa, i till exempel hälsorådgivning där frivilliga hälsovårdsproffs som jag verkar. Hälsorådgivningarna är framtidens verkstäder, där man tillsammans letar efter lösningar på bland annat hur man lever med en sjukdom och förebygger andra.

Idag är jag medlem i styrelsen i Oulunsalo avdelning och bland annat ansvarig för hälsorådgivningen. På tio år har vår verksamhet blivit vardag för många människor i Oulunsalo. Tillsammans med församlingen driver vi vänstugan Kyläkamari, där både vänner och anhängvårdare samlas.

Frivilligt hjälparbete i vardagen handlar om planering, organisering och praktiska insatser som i allt högre grad också innebär samarbete med andra aktörer och organisationer. Var och en hjälper enligt egna kunskaper, förmåga och situation. Litet är vackert, det också, och genom samarbete kan vi göra mera!

På ett djupare plan är hjälpan det för mig en ansvars- och pliktfråga. Eftersom jag har fått vara med i Röda Korset och lära mig så mycket är det skäl för mig att dela med mig av det jag lärt mig och utveckla det vidare. Nu kan jag använda de kunskaper jag har inhämtat i Röda Korset och som utbildare inom hälsovården även som pensionär.

**Det är bra att komma ihåg** att hela organisationen har byggts på principen om

frivillighet. Röda Korsets fader Henry Dunant såg med egna ögon nöden i Slaget vid Solferino år 1859. Florence Nightingale grundade i sin tur den moderna sjukskötarutbildningen på basis av sina upplevelser i Krimkriget. Hon började också sitt arbete som volontär.

Både Dunant och Nightingale var lärda för sin tid och "adliga", vilket innebar att de hade möjlighet att hjälpa frivilligt, utan lön. Men faktum kvarstår: de såg ett behov av och värde i osjälviskt och neutralt hjälpande. Det är bra fotspår att gå i!

Krig och naturkatastrofer har alltid förekommit och kommer tyvärr alltid att förekomma. Till andra delar har världen förändrats redan under min tid som volontär, för att inte tala om hur mycket den har förändrats under hela Röda Korsets historia. Krigföring, trafik, transport och media har förändrats och också förändrat Röda Korsets arbete. Världen finns in på oss.

Bland de största förändringarna tycker jag att är intensiteten i livsrytmen idag och medias roll i ökat medvetande. När uppgifter om t.ex. ett jordskalv eller att krig brutit ut förr kunde ta veckor att nå oss får hela världen idag veta om en katastrof i samma ögonblick den inträffar. Vi vet hela tiden vad som händer i världen. Vi ser bilder och filmer av nöden, vi kan bekanta oss med olika synvinklar. Men stor nöd berör oss fortfarande. Kärleken till vår nästa har inte försvunnit. Den finns i oss.

**I framtiden tycker jag att Röda Korset** mer än i dagsläget kunde titta på den mänskliga kärlek som finns i människan och

vikten av den på filosofisk grund. Kärleken till nästan torde handla om det som är djupast mänskligt: När jag är en del av en gemenskap finns jag som människa. Kan vi i det här hitta lösning och hjälp mot ensamhet och den depression som ensamhet orsakar? Jag litar rent av så starkt på framtiden att jag tror att värdet i medmänsklig kärlek och det arbete som bygger på den kärleken kommer att öka. I kampen mellan idealism och realism avgår idealismen med segern. Jag tänker mig att Röda Korset ger möjlighet att på ett ädlare sätt förverkliga den mänsklighet som finns i oss såväl på individ- som samhälls-, nations- och global nivå.

Röda Korset ska vara ständigt vaket och även i framtiden vara pålitligt och neutralt. Till exempel social- och hälsovårdsreformen kommer att påverka det frivilliga hjälpanDET. Oberoende av förändringarna i världen har Röda Korsets grundidé förblivit den samma år ut och år in, decennium efter decennium. Att se nöden och tecknen på nöd nära och fjärran och agera därefter faller under Röda Korsets emblem nu och i framtiden.

Att hjälpa är aktivt. Och det kan börja var som helst – till exempel i att lära sig första hjälpen, för en medmänniska kan behöva din hjälp redan imorgon.

**Annikki Lämsä**  
Rödakorsvolontär,  
Uleåborg



EINO KUKKONEN

  
**Punainen Risti**  
Röda Korset

---

**140** VUOTTA AUTTAJIA  
ÅR AV HJÄLPARE

## Röda Korsets principer

**HUMANITET**

**OPARTISKHET**

**NEUTRALITET**

**SJÄLVSTÄNDIGHET**

**FRIVILLIGHET**

**UNIVERSALITET**

**ENHET**

[rodakorset.fi](http://rodakorset.fi)