

# Här och Nu Tässä ja Nyt

**Åbolands distrikts tidning till medlemmar 2023**  
Turunmaan piirin lehti jäsenille 2023



**Tema Sårbarhet**  
Teema Haavoittuvuus

**Röda Korset belönar  
lokala hjälpaktioner**  
Punainen Risti palkitsee  
paikallisia auttajia

**Päivi Kuntze**  
**Sex år som  
distriktsordförande**  
Kuusi vuotta piirin  
puheenjohtajana



**Röda Korset**  
Punainen Risti

Åbolands distrikt  
Turunmaan piiri

**Röda Korset**

Hjälp med din hjälp



**Röda Korset**

Hjälp med din hjälp



**Röda Korset**

Hjälp med din hjälp



# Innehåll

- 03 Ordförandes hälsning: Tankar kring sårbarhet
- 04 Puheenjohtajan tervehdys: Ajatuksia haavoittuvuudesta
- 04 Årets pärmbild är tagen i Nagu av Amelia Bondegård
- 05 Tema sårbarhet - Teema haavoittuvuus
- 06 Sårbarhet och motståndskraft är olika sidor av samma mynt
- 08 Att skydda ditt konto skyddar också Röda Korsets rykte
- 10 Om att göra skillnad på barn
- 11 Sekasin
- 12 Digitalt utanförskap lindras genom mänskliga kontakter
- 14 "Målet är att kunden ska klara sig själv"
- 15 72 timmar - klarar du dej på egen hand?
- 17 Vägörehetskväll gav över 11 400€ till Ukrainainsamling
- 19 Hungerdagen 2022: Avdelningar i Åboland på gång
- 20 Året som gått i bilder
- 22 Hjälpens väg till Ukraina
- 24 Tiden går fort när man har roligt
- 30 Ordinarie stämman i Joensuu
- 32 Distriktets årsmöte i Kimito
- 33 Skärgård utan gränser är årets fördomsfria föregångare i Åboland
- 34 Årets vän: "Alla kan inte hjälpa alla, men alla kan hjälpa någon"
- 35 Vuoden ystävä: "Kaikki eivät voi auttaa kaikkia, mutta jokainen voi auttaa jotakuta"
- 36 Vänförmedlingen skyddar vännernas personuppgifter
- 37 Ystävävälityksessä ystävien henkilötiedot ovat turvassa
- 38 Här får den som behöver mat
- 39 Nytt fältkök och ökat behov av mat-hjälpen
- 40 Ordförandegallup
- 42 ÅterBruket 1686 - tillsammans kan vi minska sårbarheten

## Redaktionens hälsning

### Tack för att du stöder Röda Korsets hjälparbete!

Den här tidningen går ut till alla Röda Korsets medlemmar i Åbolands distrikt. Ni är många, 1 700 åbolänningar har beslutat att ta ställning för humanitet och ingå i ett unikt nätverk som är världen största humanitära organisation. Röda Korset verkar i så gott som alla världens länder och vårt globala nätverk gör det möjligt för oss att hjälpa där nöden är som störst just då när det händer.

I den här tidningen har vi velat samla plock ur vår hjälpverksamhet 2022. Du hittar ett sammandrag av hjälpens väg till Ukraina, mathjälpen i Korpo och det nya spännande samarbetsprojektet Återbruket i Dalsbruk. Distriktsordförande Päivi Kuntze sammanfattar sina sex år på posten och bjuder in till Finlands Röda Kors ordinarie stämman i Joensuu som går av stapeln i juni.

I år har vi också velat djupdyka i ett ämne som är väldigt viktigt för oss; sårbarhet.

Vad betyder begreppet sårbarhet för oss och hur ska vi tackla den i vår hjälpverksamhet. Vad innebär digital sårbarhet och cybersäkerhet i en allt mer digitaliserad värld, och vad betyder sårbarhet ur juridiskt eller socialt perspektiv och hur jobbar vi med sårbarhet inom beredskapen?

Genom en rad artiklar hoppas vi belysa sårbarhet ur en rad olika synvinklar och förhoppningsvis ge nya perspektiv och idéer för att genomföra en av Röda Korsets viktigaste uppgifter: Att hjälpa och skydda de mest sårbara.

Med hopp om trevliga lässtunder och en solig vår,  
Redaktionsgruppen

Päivi Kuntze, Andrea Södergård & Juha Lindström

## Här och Nu | Tässä ja Nyt

En tidning för rödakorsmedlemmar i avdelningar inom Åboland.

Frivilliga på pärm bilden: på framsidan Gunveig och Fred Sundén och på baksidan Annemo Palmroos-Broos från Nagu avdelning  
Fotograf: Amelia Bondegård

Redaktion: Päivi Kuntze, Andrea Södergård & Juha Lindström  
Finlands Röda Kors Åbolands distrikt,  
Kaskisgatan 13 A, 20700 Åbo, 020 701 2500, aboland@redcross.fi  
Ansvarig redaktör: Annalena Sjöblom, 0400 838 675, annalena.sjoblom@redcross.fi



rednet.rodakorset.fi/aboland  
rednet.punainenristi.fi/turunmaa



Finland Röda Kors Åbolands Distrikt  
Turunmaan piiri



@frkaboland



020 701 2500



aboland@redcross.fi  
formamn.efternamn@redcross.fi



Trycksak  
4041 0955



FSC  
MX  
From responsible sources  
FSC® C000000

## Ordförandes hälsning

# Tankar kring sårbarhet

Text Päivi Kuntze / Bild Juha Lindström

Temat för tidningen är sårbarhet – i alla möjliga bemärkelser. Vad betyder sårbarhet för mig och är det bra att personligen vara sårbar? Med dessa tankar började jag söka mera information på nätet och träffade Brené Brown, professorn i Houston universitet. Jag kommer att summera mina egna tankar med hennes tankar.

Under Browns år som forskare har hon upptäckt att sårbarhet inte bara ger upphov till skam, rädsla och problem med värdighet. Det är också en källa till lycka, kreativitet, tillhörighet och kärlek. Det ligger en styrka i att vara sårbar. Att våga vara sårbar hänger ihop med att känna trygghet och att våga öppna upp sig inför andra. Brown förklarar sambandet med att visa sin svaga och känsliga sida kan göra att andra känner empati och gemenskap med dig.

Vi vill ju inte visa vår sårbarhet, inte vara till besvär eller belasta någon med ytterligare en syssla i

vardagens trassel. Men kanske kunde man tänka anorlunda: Modets innersta kärna är sårbarhet - att våga exponera sig och utsätta sig för världen. Att stå för den man är och de värderingar man representerar trots de reella eller inbillade risker det innebär - det är att vara modig.

Vi tror att sårbarhet är samma sak som svaghet, men tänk om sårbarheten i själva verket är en kraftkälla, en styrka? När vi stänger till för andra och inte visar vad vi verkligen är, då skapar vi också ett avstånd till de människor, känslor och händelser som ger mening och riktning till våra liv. Kanske kunde vi göra andra vägen: kliv upp, låt andra se dig, också när det inte finns några garantier alls. Är det alltså så, att genom att visa sin sårbarhet kan man bygga mera resiliens?

*Mod är inte möjligt utan sårbarhet.*



Puheenjohtajan tervehdys

# Ajatuksia haavoittuvuudesta

Teksti Päivi Kuntze

Lehtemme teemana on haavoittuvuus – sen monissa merkityksissä. Mitä haavoittuvuus sitten tarkoittaa minulle ja voisiko olla hyväksi olla haavoittuva? Nämä ajatukset olivat mielessäni, kun lähdin etsimään lisätietoa netistä ja löysin Brené Brownin, Houstonin yliopiston professorin. Yhdistän seuraavassa ajatuksiani hänen ajatuksiinsa.

Brown on tutkimuksissaan huomannut, ettei haavoittuvuus aiheuta pelkästään häpeää, pelkoa tai ongelmia arvostuksessa. Se on myös onnellisuuden ja luovuuden lähde, mikä auttaa yhteenkuuluvuudessa ja rakkaudessa. Haavoittuvuus on siis itseasiassa suurinta rohkeutta mitä meillä on. Se pitää sisällään epävarmuuden, riskin tulevasta ja rohkeuden toimia oikein, vaikka ei voi olla varma lopputuloksesta.

Kun sallit itsesi olla haavoittuvainen, oletkin rohkea. Olet vahva, kun ilmaiset tunteesi maailmalle, ja

kun hyväksyt virheesi ja tuskasi. Päinvastoin kuin mitä usein ajatellaan, haavoittuvuus on psykologisesti näkökulmasta arvokas asia; se on merkki ihmisyydestä.

Me luulemme, että haavoittuvuus on sama asia kuin heikkous, mutta jospa se itse asiassa ei olekaan merkki heikkoudesta, vaan merkki rohkeudesta, voiman lähde. Maailmassa, jossa ihmiset arvostavat itsetuottamusta ja kovuutta, sellaiset ihmiset, jotka uskaltavat päästää irti täydellisyyden haarniskastaan, ovat huomattavan rohkeita. Niistä asioista syntyy rakkaus, yhteenkuulumisen tunne, ilo, rohkeus, empatia ja luovuus. Onko siis niin, että uskaltamalla olla haavoittuvia rakennammekin resilienssiämme?

*Rohkeus ei ole mahdollista ilman haavoittuvuutta.*

Pärmen

## Årets pärbild är tagen i Nagu av Amelia Bondegård

Text Amelia Bondegård

Nagu avdelning befinner sig mitt emellan Korpo och Pargas och har en egen lokal på Elbacken i Nagu centrum. Avdelningen har 70 medlemmar. Och har vänverksamhet och insamlingsverksamhet.

För Röda Korset i Nagu är vänverksamheten en viktig del av verksamheten.

”Bingo ordnas varannan vecka och även kontinuerliga hembesök”, säger **An-nemo Palmroos-Broos** som är ansvarig för vänverksamheten i Nagu avdelning.

Mathjälpsverksamheten har även den kommit i gång på orten.

”Behov finns nog och vi hoppas på att

verksamheten vart efter blir mera bekant, den är ännu relativt ny för alla”, säger hon.

Hungerdagsinsamlingen som ordnas i september varje år är även den ett återkommande inslag i avdelningens verksamhet. Insamlingspunkt är skärgårdsfärjorna.

”Det är ett bra insamlingsställe och

bössorna brukar vara ganska så tunga efter en insamling där”, säger **Fred Sundén** som är insamlingsledare i Nagu avdelning.

Röda Korset Nagu avdelning är även aktiva på marknader där de sprider kunskaper i första hjälpen och om hur öns defibrillatorer används.

Tema

# Sårbarhet

Sidor 6-16

Teema

# Haavoittuvuus

Sivut 6-16

Bild Vilma Sappinen



# Sårbarhet och motståndskraft är olika sidor av samma mynt

Text Andrea Södergård | Bild privat

När man talar om sårbarhet behöver man alltid fråga sig, sårbarhet för vad. Att vara sårbar är alltid bundet till kontext och man behöver en helhetsbild av människan för att känna igen riskfaktorerna för henne. Vi intervjuade Alekski Seilonen för att reda ut begreppen.

De senaste åren har man inom Röda Korset Åboland talat alltmer om sårbarhet och sårbara grupper. Redan i förordningen om Finlands Röda Kors står det att Röda Korsets syfte är att hjälpa de mest utsatta genom att förebygga och lindra mänskligt lidande.

Men det är inte lätt att definiera vad sårbarhet betyder. Det säger **Alekski Seilonen**, som jobbar som planerare för humanitärt skydd på Finlands Röda Kors.

“Vi har å ena sidan olika riskfaktorer och å andra sidan olika resiliens mot dessa faktorer, och någonstans där emellan finns sårbarheten”, säger Seilonen.

När man talar om sårbarhet talar man automatiskt också om resiliens, eftersom sårbarhet och resiliens är två sidor av samma mynt.

Något är sårbart i den mån det inte är resilient. Och en grupp, individ eller organisation är sårbar i den mån den är oförmögen att förutse, klara av, motstå och återhämta sig från en kris, katastrof eller skada.

“Sårbarhet är alltid kontextbundet. Man behöver alltid fråga sig, sårbarhet för vad? Då först kan man börja jobba med att bygga upp resiliensen eller skyddsnet mot det”, säger Seilonen.

Risken för att utsättas för kriser, våld, utnyttjande eller inskränkningar av grundrättigheter kan variera över tid, plats och situation. Alla kan vi någon gång hamna i en situation där vi är extra sårbara för vissa risker.

“Det som stärker resiliensen är skyddsnet, tillgången till social trygghet i olika livsskederna och information om var man får hjälp när något händer”, säger Seilonen.

## SÅRBARHET BLIR TYDLIG I KRIS

Sårbarhet blir som mest tydlig när störningar sker, och därför har många studier i sårbarhet gjorts just inom forskningen om riskhantering och katastrofer.

Även om olika grupper i samhället ytligt sett kan exponeras inför samma riskfaktorer, har riskerna olika konsekvenser för olika grupper beroende på deras kapacitet och förmåga att hantera riskerna.

Man behöver alltså ha ett individcentrerat perspektiv för att kartlägga individens sårbarhet inför olika riskfaktorer, säger Seilonen.

“För att känna igen sårbarhet behöver man ha en helhetsbild av individen. Man behöver väga riskerna individuellt för varje person”, säger han.

Inom den internationella rödakorsrörelsen används ett verktyg som heter Vulnerability and Capacity Assessment. Verktyget är designat för att adressera och utvärdera de största riskerna i ett samhälle och kartlägga samhällets kapacitet att klara av en kris och återhämta sig efteråt.

## ATT KÄNNA IGEN RISKERNA ÄR NYCKELN

Men även här i Finland spelar sårbarhet en operativ roll i Röda Korsets arbete. I mötet med hjälpbehövande gäller det för Röda Korsets frivilliga och personal att känna igen riskfaktorer.



ALEKSI SEILONEN

Planerare för humanitärt skydd,  
Finlands Röda Kors

Den sårbarhetsfaktor som oftast lyfts upp inom Finlands Röda Kors är avsaknaden av ett socialt nätverk, det vill säga att man är ensam.

Seilonen lyfter särskilt fram riskerna för att utsättas för våld, inskränkning av grundläggande rättigheter och utnyttjande i olika former.

“Röda Korset har en skyldighet att skydda människor som riskerar råka ut för våld, utnyttjande och inskränkningar på de grundläggande rättigheterna. Alla våra dokument kring förebyggande av sexuella trakasserier och regler kring dataskydd handlar sist och slutligen om att skydda de hjälpbehövande”, säger Seilonen.

För att kunna skydda och hjälpa individer behöver alla som jobbar inom Röda Korset känna igen riskfaktorer och på den hjälpbehövandes villkor hänvisa vidare till myndigheter eller organisation med expertkunskaper.

“Röda Korset roll är framförallt att skydda och hjälpa människor. Det kan till exempel vara genom att guida vidare till de rätta organisationerna för att få hjälp”, säger Seilonen.

Men också som enskilda rödakorsare kan man göra mikroaktioner för att motverka sårbarhet.

“Vi kan själva se till att Röda Korsets utrymmen är trygga rum. I kontakten med andra ska vi alltid visa respekt”, säger Seilonen.

## KRITIK MOT KONCEPTET SÅRBARHET

Att vara medveten om olika riskfaktorer individen kan vara sårbar för är fruktbart när man funderar på hur man bäst ska bygga upp skyddet mot riskerna. Men att använda begreppet sårbarhet allt för ytligt kan skada mer än hjälpa.

“Jag tycker att man använder begreppet allt för lättvindigt och för mycket utan att egentligen fundera vad vi vill uppnå med sånt språk”, säger Seilonen

En kritik som framförts kring konceptet sårbarhet är att tyngdpunkten på sociala, ekonomiska och politiska strukturer som orsak till människors sårbarhet öppnar upp tendensen att se människor som passiva offer och helt förbise den subjektiva förmågan att återhämta sig.

En annan risk är att man genom att anta att en specifik folkgrupp är särskilt sårbar, bortser från de riskfaktorer andra folkgrupper kan möta. Till exempel ses kvinnor och barn som en särskilt sårbar grupp, med den följderna att man bortser från att även män kan vara sårbara.

Ibland används alltså begreppet sårbarhet också på ett sätt som utesluter människor. Det kan bli en fråga om vem som är ”tillräckligt sårbar” för att förtjäna skydd.

“Det blir en fråga kring vad krävs för att någon ska räknas som sårbar och vem förtjänar skydd. Från den synvinkeln kan begreppet sårbarhet användas på fel sätt”, säger Seilonen.

## Haavoittuvuus lehden kantavana teemana

Haavoittuvuus ja resilenssi ovat saman kolikon kaksi puolta

Haavoittuvuudesta puhuttaessa pitää aina miettiä, mitä haavoittuvuus koskee. Haavoittuvuus on sidottu kontekstiin ja tarvitaan aina kokonaiskuva henkilöstä ja riskitekijöistä hänen tilanteessaan.

Haastattelimme **Alekski Seilosta**, joka on SPR:n humanitaarisen suojelun suunnittelija. Ihminen on haavoittuvassa asemassa siinä määrin, kuin hänellä ei ole keinoja ennakoita, selviytyä, vastustaa ja toipua kriisistä, katastrofista tai vahingosta. Punaisen Ristin tehtävä on ennen kaikkea suojella heikoimmasa asemassa olevia.

Suojaamalla sähköpostitilisi suojaat myös Punaisen Ristin mainetta

**Jonathan Nygård** on kyberturvallisuuden asiantuntija ja kuuluu Punaisen Ristin kansainväliseen reserviin. Hän sanoo, että kannattaa olla varovainen, mutta ei huolissaan, kun liikkuu netissä. Suurin kyberriski on, että vapaaehtoisen sähköpostitilejä hakkeroidaan ja niitä käytetään väärin Punaisen Ristin nimissä. Kaikilla Punaisen Ristin toimijoilla on velvollisuus suojata tilinsä Punaisen Ristin maineen suojelemiseksi. Käytä kaksivaiheista todennusta, suojaa sähköpostisi ja varmista, että kaikissa laitteissa on uusin päivitys, niin asioit turvallisesti myös netissä.

Lapset ovat eri asemassa

Toimittaja **Jeanette Björkqvist** kirjoittaa kolumnissaan haavoittuvassa asemassa olevista pakolaislapsista. Viime vuosina yli 30 000 yksintullutta alaikäistä on kadonnut jäljettömiin EU:ssa. Dokumenttiprojektin yhteydessä Jeanette haastatteli Malmössä toimivaa nuorisopsykiatria, jonka näkökulma oli selvä: pohjoismaiset hyvinvointivaltiot ovat epäonnistuneet ilman huoltajaa olevien lasten huolehtimisessa.

Ihmissuhteet lievittävät digitaalista syrjäytymistä

Suomalaiset ovat hyviä käyttämään digitaalisia palveluita, mutta joka viidennellä suomalaisella on kuitenkin heikko digitaalinen osaaminen. Se on syrjäytymisongelma, sanoo **Linda Mannila**, joka on digimaailman osallisuuden ja tasa-arvoasioiden tutkija. Hän korostaa kolmea taitoa, jotka vähentävät syrjäytymisriskiä digitaalisessa maailmassa: lähdekritiikki, halu oppia uutta ja rohkeus kokeilla uusia asioita.

Löytävä vanhustyö: ”Tavoitteena on, että asiakas pärjää itse”

**Mathilda Söderblom** on löytävän vanhustyön asiantuntija Fingerroosin säätiössä Turussa. Hän kertoo, miten löytävä työ toimii alkaen siitä hetkestä, kun työntekijä saa yhteyden asiakkaaseen, siihen hetkeen, jolloin asiakas pärjää taas itse.

”Väliinputoajia on välillä vaikea löytää. Joskus vanhukset eivät ymmärrä tarvitsevansa apua”, hän sanoo.



# Att skydda ditt konto skyddar också Röda Korsets rykte

Text & bild Andrea Södergård

De senaste sex månader har antalet kapningsförsök i Finland ökat och bluffmeddelanden blivit allt smartare. "Man behöver vara vaksam, men inte orolig när man rör sig på nätet", säger Jonathan Nygård, expert inom cybersäkerhet.

Föreningar som förlorat sitt kapital, konstiga meddelanden från tillförlitliga konton, och sms med märkliga länkar. Klient- och kunduppgifter som läcker från företag inom socialsektorn.

Att det finns dem som fiskar efter användarnamn och lösenord är inget nytt. Men det senaste halvåret har nätfisket blivit allt smartare och aktivt fokuserat sin verksamhet till Finland.

Den största faran är att frivilligas konton blir kapade med följderna att användarnamn och lösenord läcker ut och används i Röda Korsets namn. Det säger **Jonathan Nygård** som är expert inom cybersäkerhets och del av Röda Korsets internationella reserv.

"De flesta kanske tänker att det inte

finns något viktigt att förlora på kontot. Man har lite semesterbilder, men inget annat. Men problemet är inte att bilderna skulle läcka ut, utan hur kontot skulle användas", säger Nygård.

Vi tar ett konkret exempel. En styrelsemedlem, gruppleddare eller frivillig i Röda Korset får sitt e-postkonto kapat. Lösenordet nollställs, man kommer inte in på sin egen e-post. Istället börjar det skickas ut bluffmeddelanden från kontot till alla personens kontakter. Det kan vara meddelande om en bluffräkning som snabbt ska betalas, eller om ett falskt meddelande om en insamling.

Tröskeln att ett misstänkt meddelande från en bekant kontakt är mycket högre än om det kommer från en främmande

e-post. Och så är cirkusen igång.

Datorvirus, suspekta länkar och nät-fiske kan spridas till väldigt många på väldigt kort tid om man inte är vaksam.

Det typiska för dem som försöker komma åt användarnamn och lösenord att de utnyttjar bekanta e-postadresser man har förtroende för, att meddelandet vid snabb anblick ser äkta ut och att det är väldigt brådskande.

"Mycket typiskt för de som försöker få tag på användarnamn och lösenord är att det är en otrolig brådska att få det genast gjort. I såna lägen är det bäst att ta en tankepaus, ta en kopp kaffe och kanske ringa upp den som verkar ha skickat meddelandet för att bekräfta att det är äkta. Hellre kolla med personen själv än

## Jonathans tre tips för cybersäkerhet

1. Använd tvåstegsidentifiering på alla tjänster där det är möjligt.
2. Skydda e-posten in i det sista. Det är ditt hem på nätet.
3. Se till att dator och telefon alltid har den senaste uppdateringen. Det hjälper till att skydda dig.

att bara lita på meddelandet som kommit via facebook eller e-post", säger Nygård.

I slutändan skyddar frivilliga alltså också organisationens rykte och pålitlighet, när man skyddar sin egen e-post.

"Det är inte bara de som jobbar som behöver tänka på de här, utan även dem som representerar Röda Korset i någon form", säger Nygård.

### TVÅSTEGIGENKÄNNING MINSKAR SÄRBARHETEN

Det som hjälper att skydda kontot är tvåfaktorsigenkänning. Det betyder att när du loggar in med användarnamn och lösenord får du dessutom ett textmeddelande eller notis på din telefon som säger att det skett ett inloggningsförsök och frågar om det är du som försöker logga in. Tvåfaktorsigenkänning kan man använda både på e-posten och på till exempel Facebook.

"Jag rekommenderar kraftigt att ta i bruk tvåstegsigenkänning överallt. Den skyddar otroligt bra om användarnamnet och lösenordet kommer i fel händer. Den enklaste formen är att meddelandet kommer via textmeddelande", säger Nygård.

Ett annat tips för att öka säkerheten och minska sårbarheten på nätet är att begränsa antalet administrationsrättigheter på avdelningens Facebook och Instagram. Och särskilt om man har administrationsrättigheter, att använda tvåfaktorsigenkänning.

Men det allra viktigaste att skydda är den personliga e-posten eftersom det är nyckeln till alla andra system, då man ge-

nom e-posten kan nollställa alla lösenord.

"E-posten ska vara skyddad in i det sista. Jag brukar jämföra det personliga e-postkontot med ett hem. På samma sätt som man aldrig skulle lämna huset olåst för tjuvar att komma och ta alla saker, ska man aldrig lämna e-postkontot oskyddat och där är tvåfaktorsigenkänningen viktig", säger Nygård.

Även lösenordets längd spelar roll för säkerheten. Ju längre lösenordet är desto bättre och om det är en ramsa på fyra eller fem ord efter varandra är det enklare att komma ihåg. Man ska ha skilda lösenord till varje system.

"Själv har jag gått in för att använda en lösenordsapp, så att jag inte själv behöver komma ihåg lösenorden. Jag litar på systemet eftersom det är kopplat till ett konto som jag skyddar genom tvåstegsverifiering."

En annan viktig grundsak för att minska sårbarheten är att alltid hålla telefon och dator uppdaterade.

"Otroligt många attacker går vidare på grund av att man har en föråldrad dator eller telefon, så det är viktigt att hålla dem uppdaterade. De inbyggda systemen är ganska bra på att märka falska bilagor i e-posten och lära sig känna igen dem genom uppdaterad information."

Trots att det finns många risker när man rör sig på nätet behöver man inte vara rädd för att surfa runt.

"Om man inte har bråttom eller förhastar sig och har lite sunt förnuft behöver man inte vara rädd. Man behöver inte vara orolig men vaksam", säger Jonathan Nygård.

**"DE FLESTA KANSKE TÄNKER ATT DET INTE FINNS NÅGOT VIKTIGT ATT FÖRLORA PÅ KONTOT. MAN HAR LITE SEMESTERBILDER, MEN INGET ANNAT. MEN PROBLEMET ÄR INTE ATT BILDERNA SKULLE LÄCKA UT, UTAN HUR KONTOT SKULLE ANVÄNDAS."**



# Om att göra skillnad på barn

Text & bild Jeanette Björkqvist, journalist

Videobilderna som spelades upp på mobilens lilla skärm var kaotiska. Slitna jeepar, människor som trängde sig in på flaken. Alldeles för många människor, en av dem en fjorton år gammal pojke som där och då stod i beråd att inleda sin flykt.

Han visste att det inte var bra att titta på alla de där klippen. Men han ville förklara, få mig att förstå. Så han visade. En film. En annan. Sekvenser ur en ensam pojkes liv på en dammig, upphaussad och kaotisk scen någonstans i Afghanistan stunderna innan han packas ner bland alla andra och smugglas iväg mot tryggheten i Europa.

Vad som sedan hade hänt på hans väg via Turkiet och Grekland mot en avlägsen avkrok i norra Europa ville han inte prata om. Det var för svårt, och någonstans där drog jag gränsen för hur mycket jag som journalist skulle tvinga honom att gå in i allt det svåra.

”Min familj är borta. Döda. Jag har inte fått någon kontakt med dem på fyra år”, sa han.

Den förlusten och sin bottenlösa ensamhet kunde han prata om. Men inte om vad som hänt under hans resa till Finland.

Man vet att många av de barn och unga som tvingas på flykt från länder som Afghanistan, Syrien och Irak blir utnyttjade på vägen. Den där dagen då vi satt under en trappa i ett köpcentrum och tittade på hans videoinspelningar hade han nyligen fyllt 19. Han var, liksom många andra som kommer till Europa hazar, en diskriminerad och hårt åtgången etnisk grupp i Afghanistan.

Har man inte blivit sexuellt utnyttjad hemma så kan man ha blivit det på vägen mot tryggheten. Jag vet inte om det hade hänt honom också. Men jag vet att ensamma barn och unga på flykt är särskilt

utsatta, och att många av dem aldrig kommer så långt som till tryggheten.

De senaste åren har över 30 000 ensamkommande minderåriga försvunnit spårlost i EU. Trettio tusen barn och unga – dubbelt fler än vad det bor människor i hela Pargas kommun. Var de hamnat vet ingen, men bland expertisen befarar man att många av dem hamnat på ställen där de utnyttjas sexuellt eller som slavarbetskraft.

Och det som naturligtvis är slående är att vi som europeiska samhällen inte verkar bry oss särskilt mycket om just de här barnen.

Mellan åren 2011 och 2019 sökte 200 000 barn asyl i de nordiska länderna. Bland dem fanns barn som kommit med sina familjer och barn som kommit ensamma, såsom den här nu unga vuxna hazarpojken.

**”SÅ HAN VISADE. EN FILM. EN ANNAN. SEKVENSER UR EN ENSAM POJKES LIV PÅ EN DAMMIG, UPPHAUSSAD OCH KAOTISK SCEN NÅGONSTANS I AFGHANISTAN...**



JEANETTE BJÖRKQVIST

Journalist

Många av dem som kom fick asyl. Många andra fick inte det. Av dem som fick avslag beslöt sig en del till slut att fly till Tyskland eller Frankrike, där de senare faktiskt fick den trygghet Norden hade nekat dem. Men sedan finns ett okänt antal som helt enkelt är borta. Många av dem lever sannolikt numera som papperslösa någonstans. Det är ett riskfyllt, tungt och utmanande liv.

I samband med ett stort dokumentärprojekt om barnens rätt i asylprocesser intervjuade jag i fjol en ungdomspsykolog i Malmö. Han hade arbetat mycket med de ensamkommande och var bestämd i sin synpunkt: Våra nordiska välfärdssta-

ter misslyckades med att ta hand om dem.

För istället för att behandla dem som minderåriga – enligt FN fortfarande barn – hittade Finland, liksom Sverige, olika lösningar på hur vi kan låta bli att hjälpa. Ett vanligt sätt var att skriva upp dem i ålder på grunder som den medicinska expertisen inte alls är enig om och sedan ge avslag. Ett annat var att dra ut på processen tills de fyllt 18 och sedan ge avslag.

Den här ena unga familjelösa hazarpojken var en av de ensamkommande som – efter en alldeles för lång väntan – slutligen fick stanna i Finland. Många av hans vänner fick nekande besked och vart de tog vägen efter det vet han inte.

Infödda finländska unga på drift erbjuds numera stödåtgärder och service ända tills de fyller 29 år. En tanke är väl att en ung med olika slag av utmaningar i livet ses som just det: En ung som

ibland kan behöva särskilt stöd också fast man blivit myndig.

Paradoxalt nog har samma samhälle som ser detta lyckats förhålla sig till barn och unga från andra länder som om de har beredskap att överleva på egen hand senast den dag de fyller 18, ibland rentav tidigare.

Hazarpojken är i dag över 20 år gammal. Han har, som många av dem som kom 2015–16, med ett sällsamt flit kämpat för att lära sig språket, få en utbildning, hitta ett jobb. Det har han till största del gjort utan någon hjälp alls.

Utåt sett går allting numera bra. Men precis som bland varje ensamkommande, numera unga vuxna, så finns mörkret kvar i blicken. Sorgen, förlusterna, minnena som man inte kan röra vid för att de är för svåra.

Samma mörker har jag mött bland papperslösa familjer. Föräldrarnas leende som aldrig når ögonen, desperationen då de frågar varför vi förstör barnens liv med att neka dem asyl.

Två år i en process är en lång tid för ett litet barn, sju år redan ett helt liv.

Ändå är det så länge många barn tvingats leva i ändlösa asylprocesser där ingen än i dag verkar ha sett att de är just det: Barn.

FN:s barnkonvention är tydlig: Man är ett barn tills man fyller 18 år. Och man är en förvirrad ung också då man kommer från ett annat land.

Att vårt välfärdssamhället lyckats blunda för det här när det gäller dem som flytt otrygga länder är ett så stort misslyckande att någon borde ha ropat högt redan för länge sedan.

*Känns det för jävligt?  
Vi fattar, kom och snacka!*

**SE  
KAS  
IN**

Sekasin-chatten är en anonym stödtjänst för 12-29 åringar  
Chatten är öppen alla vardagar 15-19  
sekasin.fi/sv



# Digitalt utanförskap lindras genom mänskliga kontakter

Text Andrea Södergård | Bild Linda Mannila

Finländarna är världens främsta användare av digitala tjänster och allt fler myndighetstjänster sköts digitalt. Trots det har var femte finländare svaga digitala färdigheter. Linda Mannila lyfter upp tre kompetenser för att minska risken att hamna utanför den digitala världen: källkritik, vilja att lära sig mer och mod att pröva nytt.

Enligt en rapport, sammanställd av myndigheten för digitalisering och befolkningsdata och publicerad i december ifjol, har 79 procent av finländarna goda digitala färdigheter. Hela 84 procent av finländarna upplever att de kommer att hänga med i den digitala utvecklingen de kommande åren.

Trots det har vi fortfarande en grupp finländare som har begränsad tillgång till de digitala tjänsterna. Enligt samma rapport har var femte finländare låga, svaga eller begränsade digitala färdigheter.

Så länge det finns personer i samhället som inte kan använda de offentliga tjänster som erbjuds digitalt, och det inte ges ett bra fysiskt alternativ, så kan man tala om att vi har ett marginaliseringsproblem, säger **Linda Mannila** som är samhälls-entreprenör, forskare och expert inom utbildning, inklusion och jämlikhetsfrågor i den digitala sfären.

“Så klart kan man hävda att det är utopistiskt att tänka att alla skulle ha hundra procent tillgång till digitala tjänster. Men om någon är utanför blir det allt viktigare att personen har ett nätverk omkring sig som kan hjälpa till”, säger hon.

Att vara utestängd från den digitala världen kan ta sig olika former.

Å ena sidan kan man ha tillgång till digital teknik som telefoner och datorer, men inte veta hur man ska använda sig av dem och där med falla utanför. Å andra sidan kan man ha kunskapen, men inte ha tillgång till tekniken. Båda scenarierna skapar ett tillgänglighetsproblem och kan förhindra möjligheten att sköta egna ärenden digitalt.

## BEHOVET AV STÖD ÄR STORT

Trots att det digitala kunnandet är högt i Finland upplever två femtedelar av finländarna att de ofta behöver stöd med att använda digitala tjänster. Det här upplevs så väl bland unga och gamla. Var tionde ung person har svårigheter med de apparater som används i utbildningen.

Oftast ges digistöd av nära anhöriga och familj. Nya digitala färdigheter och stöd får man också via jobbet, genom organisationer i tredje sektorn eller via diakonin. Även bibliotek har ett ansvar att stöda befolkningen i digitala utmaningar.

Att kunna använda sig av digitala tjänster kräver alltså ett socialt stöd nätverk utanför den digitala sfären.

“Samhället spelar en stor roll i hur vi kan få den digitala världen att kännas bekväm, familjär och inte skrämmande. Samtidigt behöver vi lyfta frågan att vi ständigt måste uppdatera våra kunskaper”, säger Mannila.

## TRE KOMPETENSER FÖR ATT MINSKA DIGITAL SÅRBARHET

På individnivå finns det mycket man kan göra för att minska sårbarheten att hamna utanför den digitala världen. Mycket handlar om att utveckla de egna kompetenserna.

Mannila lyfter särskilt upp tre kompetenser; källkritik, vilja att lära sig nytt och att våga prova nya saker.

Källkritik handlar om att lära sig genomskåda bluffar och stå emot andra intryck i den egna digitala vardagen. Det

handlar om att vara noggrann med vad man delar vidare på sociala medier och lära sig att förhålla sig kritiskt till falska nyheter som spelar allt för mycket på våra starka känslor.

“Studier visar att falska nyheter delas oftare än äkta nyheter. Det här beror på att om man är källkritisk är tröskeln också större att dela äkta nyheter. Har man inte källkritik, har man en större tendens att dela även sådant som inte är sant”, säger Mannila.

En annan viktig kompetens är intresse att lära sig nya saker. De digitala färdigheterna är inte en statisk helhet, utan det kommer ständigt nya saker man måste förhålla sig till.

Insikten om att vi alla är eviga nybörjare är en attityd som kan hjälpa oss att tackla den snabba utvecklingen, säger Mannila.

“När samhället går framåt kan ju vissa tycka att det är jättespännande att få lära sig nytt, men för många kan man känna oro och en vilja att sluta in sig i den trygga sfären och leva som det är nu”, säger hon.

För att som organisation och samhälle stöda den digitala tryggheten är det därför viktigt att erbjuda tjänster som har ett mervärde digitalt och inte digitalisera för digitaliseringens skull.

“Det finns en trötthet kring digitalisering. Många upplever att digitaliseringen inte gått riktigt bra och inte gjort tjänsterna tillräckligt tillgängliga”, säger Mannila.

En tredje viktig kompetens är modet att våga pröva nya saker och hitta de områden där man själv kan ha nytta av digi-

tala tjänster.

“Vad kan vi vinna på att ha kaffe-stunder digitalt? Vad kan vi vinna på att dela dokument istället för att skicka per e-post? Vad kan vi vinna på en gemensam diskussionskanal? Det är frågor som är viktiga att ställa när man utvecklar.”

Att vara modig och våga prova nya apparater och tjänster är alltså a och o för att upprätthålla sin digitala kompetens. Men det är också viktigt att konstatera att alla digitala lösningar inte passar alla organisationer och ibland kan man inte veta på förhand om tjänsten ger ett mervärde.

Man ska inte låta sig nedslås av besvikelser eller misslyckanden i den digitala sfären. Om man fastnar väldigt mycket i vad som kan gå fel, är det svårt att få känslan av digital tryggheten och bekvämlighet, säger Mannila.

“Vi kan inte landa i att vi inte vågar göra saker, för att det kan gå fel. Det är klart att det finns risker, det finns det överallt, även i den fysiska världen. Men skulle vi bara fundera på risker skulle man inte stiga upp ur sängen på morgonen för det kan alltid gå något fel”, säger hon.

## LINDA MANNILA

Samhälls-entreprenör, forskare och expert inom utbildning, inklusion och jämlikhetsfrågor i den digitala sfären





**Mathilda Söderblom, på Fingerrosstiftelsen**

## “Målet är att kunden ska klara sig själv”

Text & bild Amelia Bondegård

Ett stöd för äldre. Det är vad Fingerrosstiftelsens uppsökande äldreverksamhet fungerar som. Mathilda Söderblom är en av dem som arbetar med detta och hon har berättat för oss hur verksamheten ser ut i praktiken och varför den är så viktigt.

**D**et är i Åbo som Fingerrosstiftelsens uppsökande äldreverksamhet har etablerat sig.

”Vi producerar ingen service själva utan vi sätter tillsammans med kunden upp mål och ser på olika alternativ för kundens behov. Det kan till exempel vara att hjälpa kunden hitta passande städhjälp”, säger **Mathilda Söderblom**.

Arbetet börjar med att Fingerrosstiftelsen får kännedom om att det finns ett hjälpbehov hos en äldre person.

”Det är oftast via en annan aktör på fältet eller en anhörig som tar kontakt och uttrycker en oro för personen men det kan även vara personen själv som tar kontakt med oss.”

Hjälpen som erbjuds är kostnadsfri och bygger på frivillighet.

”Efter att vi har fått reda på hjälpbehovet tar vi kontakt med personen och berättar om vårt arbete och hur vi kan hjälpa. Det är sedan upp till personen att ta emot hjälpen och vi bokar då in ett hembesök.”

### TILLFÄLLIGT STÖD

Det är under hembesöket som personens hjälpbehov kartläggs.

”Vi lär känna kunden under hembesöket och ser på olika alternativ för att komma igång.”

Stödet som Fingerrosstiftelsen ger är tillfälligt.

”Målet med vårt stöd är att möta den äldre och ge högkvalitativt stöd som ska resultera i att kunden efter ett tag klarar sig själv.”

Att motivera den äldre är en viktig del av processen att nå målet.

”Vi sätter ord på kundens framsteg

och försöker väcka hoppet och när processen avslutats för vår del ser vi ännu till att följa upp så att kunden fortsätter ta emot det stöd vi har hjälpt till att få igång.”

Många äldre lever i en utmanande livssituation som gör hjälpbehovet påtagligt.

### ÄLDRE UTAN NÄTVERK ÄR SÅRBARA

”Psykisk ohälsa hos äldre har ökat. En av anledningarna till detta är den isolering för speciellt äldre som blev aktuell under coronan. Digitaliseringen gör även den att äldre blir marginaliserade då de till exempel inte har bankkoder och därmed blir uteslutna ur flera tjänster så som kanta.fi. Även stora förändringar och ekonomiska bekymmer inverkar.”

De äldre som har lämnat utanför stöd-nätverket är de som är sårbara.

”Det är utmanande att hitta dom som fallit mellan stolarna och ibland inser de äldre inte heller själva att de behöver hjälp om de till exempel tidigare har fått otillräcklig service och därifrån dragit

**”DET ÄR UTMANANDE ATT HITTA DOM SOM FALLIT MELLAN STOLARNA OCH IBLAND INSER DE ÄLDRE INTE HELLER SJÄLVA ATT DE BEHÖVER HJÄLP.”**



### MATHILDA SÖDERBLOM

Expert inom uppsökande äldrearbete

slutsatsen att de klarar sig bättre själva.”

Fingerrosstiftelsen har de medel som behövs för att stöda de äldre i dessa situationer.

”Våra styrkor är att vi har tiden att lära känna våra kunder och därigenom byggs ett förtroende upp som hjälper oss att stöda kunden enligt behov. Vi har även kunskanden, informationen om tjänsteutbudet och starka nätverk med andra på fältet.”

Stödets längd varierar.

”Våra kundrelationer sträcker sig från allt mellan ett samtal för råd, några månader till ett halvår av stöd och skraddarsys enligt kundens behov.”

Befolkningsstrukturen i Finland gör att behovet inte heller avtar.

”Det kommer hela tiden flera äldre som lever i en utmanande situation och därför är det viktigt att anhöriga vet vart de kan vända sig och vi vill bidra med att vara ett sådant ställe.”



## 72 timmar – klarar du dej på egen hand?

Text Annalena Sjöblom | Bild Linda Pyy & Terese Hermansson

Genom konceptet 72 timmar vill myndigheter och organisationer stärka privathushållens beredskap att klara sig själv. Röda Korset jobbar att föra ut kunskapen genom att utbilda andra i hushållens beredskap.

**G**enom att ta hand om dina egna och dina närståendes grundbehov är du mindre sårbar vid en eventuell störningssituation i samhället. Du har beredskapen under kontroll genom att bl. a. ha ett reservförråd, dvs. några flaskor vatten, lättlagade livsmedel och mat för dina sällskapsdjur. Du har en ficklam-

pa och lite kontanter, dina egna och familjens läkemedel, hygienartiklar och andra förnödenheter. Dessutom kan du första hjälp och vet var du tar del av korrekt information från myndigheterna.

Konceptet 72 timmar är en beredskapsrekommendation för privathushåll och framtagen av myndigheterna och or-

ganisationerna.

På webbplatsen 72timmar.fi hittar du mer information och kan beställa gratis broschyrer för vad du bör tänka på för att klara dej 72 timmar vid en störningssituation. Distriktets personal kan också hålla 1-2 timmars kurs i hur du kan klara dej under 72 timmar.



## Störningssituationers eventuella inverkan på vardagen

- Det blir svårare att laga mat
- Kylen och frysen smälter
- Det går inte att spola i toaletten
- Det kommer inte vatten från kranen eller det är förorenat
- Nätförbindelserna fungerar inte
- Belysningen fungerar inte
- Uppvärmningen fungerar inte
- Kollektivtrafiken fungerar inte
- Affärerna kan bli tvungna att stänga eller varorna kan ta slut i dem
- Man kan inte tanka bilen
- Det blir svårt att få tag på läkemedel eller de tar slut i apoteken
- Betalkorten fungerar inte

## I reservförrådet ingår

- Vattenkäril (rena och lockförsedda)
- Flaskvatten
- Lätt tillagad mat som passar alla familjemedlemmar
- Mat för sällskapsdjur

## Vilka andra saker är det bra att ha hemma?

- En batteridrivna radio och batterier
- En batteridrivna ficklampa och batterier
- En reservströmkälla till exempel för laddning av telefon
- Ett stormkök och tändstickor
- Kontanter
- Nödvändiga läkemedel
- Jodtabletter
- Hygienförnödenheter
- Första hjälpen-utrustning
- Handbrandsläckare / släckningsfilt
- Ventilationstejp



# Välgörenhetskväll gav över 11 400€ till Ukrainainsamling

Text Andrea Södergård | Bild Juan Nieto Cuevas

Den 9 februari ordnades en välgörenhetskväll på Åbo svenska teater till förmån för de som drabbats av den väpnade konflikten i Ukraina. Arrangörer, frivilliga och publiken var nöjda med kvällen.



Det är en glad och uppsluppen stämning på Åbo svenska teater den här torsdagen, när stora teatersalongen fylls av hjälppanda, solidaritet och högklassig kultur i flera genrer. Programmet bjuder på allt från allvarsamma ord i Sting-klassikern Fragile och Sibelius Tema med variationer för solocello till luftakrobatik, fingerfärdigt trolleri och pärlor ur opera- och operetteperatoar.

Kvällen inramas av ukrainsk musik, bl.a. Myroslav Skoryks Melodi som ofta kallas Ukrainas inofficiella nationalhymn, och några ukrainska sånger stämningsfullt framförda av ukrainska sångerskan Nataliia Oleksiivna Svjata.

Biljettintäkterna och garderobsavgiften går till Katastroffonden, öronmärkta till dem som drabbats av konflikten i Ukraina.

### LÅG TRÖSKEL ATT HJÄLPA ANDRA

Det var vid årskiftet som **Anna Edgren**, kultursekraterare på Åbo stad, tog kontakt med Åbo svenska teater och Röda Korset Åboland för att arrangera en gemensam välgörenhetskonsert. Och resultatet blev en föreställning i två akter i början av februari.

Även frivilliga från Åbo svenska avdelning är på plats med insamlingsbössor för att samla pengar under kvällen.

Avdelningsordförande **Alexandra Lehtinen** är mycket nöjd med kvällen.

”Jag tyckte genast att det var en jättebra idé att ordna en välgörenhetskväll. Det är ett roligt sätt att samla in pengar och det känns bra, när man vet att krisen är så pass stor som den är och pengar behövs ännu länge”, säger Lehtinen.

Även de andra frivilliga i avdelningen var ivriga på idén, berättar Lehtinen.

”Det var lätt att hitta frivilliga som ville ställa upp. De anmälde sig snabbt som insamlare.”

### VAD HAR DU FÖR FÖRVÄNTNINGAR FÖR KVÄLLEN?

”Jag hoppas det blir en bra och trevlig kväll och att vi uppmärksammar krisen i Ukraina och kan samla pengar som vi kan kanalisera vidare till de som behöver”, säger Alexandra.

I teatergångarna är det ikväll många bekanta ansikten och varm stämning. Två av dem som köpt biljetter till föreställningen är **Satu Kurkilahti** och **Kaarin Laaneots**. I pausen tar de ett glas bubbel i

caféet. De är båda nöjda med evenemang- et.

”Det är fantastiskt att man kan stöda och hjälpa med så här låg tröskel”, säger Laaneots.

Kurkilahti instämmer och berömmar programmet.

”Det är en bra blandning av artister. Särskilt magikern och cellisten gav kalla kärar, säger hon.

Mot slutet av kvällen tackar verksamhetsledare **Annalena Sjöblom** från Finlands Röd Kors Åbolands distrikt alla i publiken samt på och bakom scen som bidragit till kvällens generösa insamlingsresultat, drygt 11 400€

”Det är ett fint resultat och vi vill tacka var och en som kommit hit idag”, säger Sjöblom.

Evenemanget var ett samarbete mellan Finlands Röda Kors Åbolands distrikt, Åbo svenska församling, Åbo stad och Åbo Svenska Teater. Stort tack till de aktörer som bidragit till att täcka produktionskostnaderna, så att biljettintäkterna i sin helhet kan gå till Katastroffonden.

Distriktet vill också rikta ett stort tack till Anna Edgren för arbetet med att ordna kvällen.

## Hungerdagen 2022

# Avdelningar i Åboland på gång

Text Andrea Södergård | Bild Andrea Södergård, Amelia Bondegård & Axel Gröndahl

## Alla tio avdelningar deltog i årets Hungerdag. Här är några axplock från årets evenemang.

Vid färjfästena Lillmälö och Prostvik samlade frivilliga från Nagu avdelning in medel under Hungerdagsfredagen.

Paula Virtanen och Gunveig Sundén koncentrerade sig på trafiken från Naguhållet medan Fred Sundén och Kaj Sjögren samlade på Pargassidan.

Tim Back från Malax var glad över att äntligen kunna donera till Hungerdagen och lade sitt bidrag i Freds bössa.

”Jag har precis kört ner från Malax och redan vid butiken där ville jag donera, men hade inga kontanter. På vägen ner hit hittade jag några slantar i bilen”, säger han.

I Åbo drog insamlingen igång på torsdag då elever från Cygnaeus och St Olofsskolan gick med insamlingsbössorna i Åbo centrum.

Calle, Alex och Jasper från Cygnaeus skolan hade ett solklart knep för att få folk att donera.

”Vi kommer modigt gå fram till folk och fråga här i Hansakvarteret”, sa de när Röda Korset Amelia Bondegård frågade om tips.

På torsdagen träffade Amelia också på Margaretha Blumenthal som ställt upp som insamlare för Åbo svenska avdelning i många år. Hon sa att viljan att donera var stor under torsdagen.

”Jag har stått här i ca. en timme och kommer nog stå en stund till. Jag har fått en hel del bidrag. Sedlar till och med. Nu är det rätt många insamlare på gång så många säger att de redan har donerat på annat håll.”

I Åbo ordnade en av de Noviagrup-

per som deltog i årets kampanj en padelturnering för studerande. Mikael, Paulus, Kasper, Tony och Rasmus var nöjda med dagen och spelarna verkade belåtna. Fjorton lag deltog och turneringen ordnades i samarbete med företaget Padel X.

I Kimito serverades över 100 portioner soppa under hungerdagsfredagen. Distriktets nya fältkök Lilla Bärta skötte sin uppgift galant.

I Korpo ordnades traditionell ärtsoppsförsäljning under fredagen. Man kunde också köpa med sig soppa och plättar hem eller donera via webbössan.

I Pargas hölls sedvanliga insamlingar utanför några av butikerna i stan och avdelningen ordnade Hungerdagsjippo i Centralparken under lördagen. På jippet fick man bekanta sig med frivilliggruppernas olika aktiviteter. Man kunde också bygga ett äkta EEC-tält, snurra på lyckohjulet, delta i lotteri och små tävlingar. På plats också korvförsäljning och café, ansiktsmålning och info om Röda Korsets verksamhet.

I Västanfjärd ordnades för andra året i rad Katastrofgolf i samarbete med Bjärkas golf. Årets vinnare blev

1. Magnus Bergholm & Jan Forsman
2. Marko Enberg & Eetu Enberg
3. Emil Sundvik & Roger Kvarnström.

Stort tack till alla!



Gunveig Sundén och Paula Virtanen samlade för Hungerdagen vid Nagu färjfäste.



Calle Lundberg, Alex Kackur och Jasper Essén hjälpte Cygnaeus skolan i Åbo att samla för Hungerdagen.



Margaretha Blumenthal från Åbo samlade i köpcentret Hansa.



Det glada gänget från Kimito avdelning deltog i Hungerdagen, på bilden tillsammans med Axel Gröndahl från Åbolands distrikt.



Artister, arrangörer och frivilliga möjliggjorde en lyckad kväll.

”DET ÄR ETT ROLIGT SÄTT ATT SAMLA IN PENGAR OCH DET KÄNNS BRA, NÄR MAN VET ATT KRISEN ÄR SÅ PASS STOR SOM DEN ÄR OCH PENGAR BEHÖVS ÄNNU LÄNGE.



# Året som gått i bilder

Text Andrea Södergård



## Vännerna på ÅST

Februari 2022 bjöd distriktet alla frivilliga vänner och deras vänkunder på teater. Tillsammans sågs uppsättningen av Baskervilles hundar. Besöket var uppskattat bland vänner och rödakorsfrivilliga.

Bild: Andrea Södergård



## Nationella beredskapsövningen Skydd

I maj ordnade Röda Korset en nationell beredskapsövning med temat Skydd. En del av distriktets frivilliga deltog i skrivbordsövningar som ordnades i Åbo, Kimitoön och Iniö, medan en del reste till Åland för att delta i en storövning tillsammans med bland annat Sveriges Röda Kors. Under övningarna satte man särskilt fokus till specialgrupper och särskilt sårbara grupper som äldre och barn.

Bild: Axel Gröndahl

## Boendehjälp till de som flytt krisen i Ukraina

Nödinsamlingen för de som drabbats av den väpnade konflikten i Ukraina startade bara några dagar efter att stridigheterna intensifierades i slutet av februari. Röda Korsets frivilliga ställde bland annat upp med att möblera lägenheter till de som flytt krisen. Den här bilden är från Dalsbruk.

Bild: Amelia Bondegård



## Avdelningsforum ordnades på tre orter

Höstsäsongen startade med att distriktets personal åkte ut på avdelningsforum i Pargas, Nagu och Kasnäs. På forumen gick man igenom aktuella ämnen och uppvaktade jubilerande avdelningar. Den här bilden är från avdelningsforumet i Kasnäs.

Bild: Andrea Södergård



## Distriktets årsmöte i Iniö

I april ordnades distriktets årsmöte, denna gång med Iniö avdelning som värd. Under mötet avhandlades stadgeenliga ärenden och dessutom delades medaljer ut till frivilliga för långt och troget arbete för Röda Korset.

Bild: Axel Gröndahl



## Frivilligkryssningen tog fasta på de sju grundprinciperna

I oktober ordnades höstsamling för alla frivilliga. Temat för årets kryssning var Principerna i praktiken. Inbjudna gäster och workshops stod på kryssningsschemat. Bland annat fick vi bekanta oss med fartygets säkerhet, mathjälpen i St Karins och beredskapskonceptet 72 timmar.

Bild: Andrea Södergård



# Hjälpens väg till Ukraina

Under år 2022 har den Internationella Röda Kors rörelsen haft en stor hjälpoperation på gång i krigsdrabbade Ukraina.

Finlands Röda Kors har aktivt bidragit till att stöda hjälpopoperationen både i Ukraina och här hemma i Finland.

Här kan du se dag för dag en del av de aktioner, experter och resurser som Finlands Röda Kors har kunnat sända tack vare DIN hjälp.

25.2.2022 Dag 1 – Päivä 1

Finlands Röda Kors är i beredskap och donerar 100 000€ till Ukraina från katastroffonden.

Suomen Punainen Risti on valmiudessa ja lahjoittaa 100 000€ Ukrainalle katastrofirahastosta.



6.3.2022 Dag 11 – Päivä 11

FRK skickar en katastrofberedskapsgrupp till Ukraina samt mera delegater för att planera hjälpaktioner

SPR lähetää katastrofivalmiusyksikön ja lisää delegaatteja suunnittelemaan avustusoperaatiota



17.3.2022 Dag 22 – Päivä 22

FRK:s frivilliga och personal tar emot flyktingar bl.a. i Helsingfors hamn och flygfält.

SPR:n vapaaehtoiset ja henkilökunta ovat vastaanottamassa pakolaisia mm. Helsingin satamassa ja lentokentällä.



2.3.2022 Dag 7 – Päivä 7

Finlands Röda Kors sänder stöd material värt 1 miljon euro till Ukrainas Röda Kors.

Suomen Punainen Risti lähettää miljoonan euron arvoisen tukipaketin Ukrainan Punaiselle Ristille.



16.3.2022 Dag 21 – Päivä 21

200 ton hjälpmaterial anländer till Ukraina i Röda Korsets konvoj.

200 tonnia avustusmateriaaleja saapuu Ukrainaan Punaisen Ristin saattueessa.



5.4.2022 Dag 41 – Päivä 41

I Finland har nu 19,5 miljoner samlats till Katastroffonden, Åboland har fått in 54 174€ och ca 1 000 frivilligtimmar.

Suomessa on nyt kerätty 19,5 miljoonaa katastrofirahastoon, Turunmaalla on kerätty 54 174€ ja noin 1000 tuntia tehty vapaaehtoistyötä.



18.5.2022 Dag 82 – Päivä 82

FRK har nu sändt stöd på sammanlagt 7,9 miljoner euro till Ukraina genom katastroffonden.

SPR on nyt lähettänyt yhteensä 7,9 miljoonaa euroa Ukrainaan katastrofirahaston kautta.



12.5.2022 Dag 76 – Päivä 76

FRK sänder extra utrustning för att säkra sjukhusens möjlighet att erbjuda vård i Ukraina. (bl.a. Rullstolar, skyddskläder och bäddar)

SPR lähettää lisää varusteita varmistaakseen sairaaloiden mahdollisuuden tarjota hoitoa Ukrainassa. (mm. Pyörätuoleja, suojavaatteita ja sänkyjä)



26.4.2022 Dag 62 – Päivä 62

FRK sänder en hälsoklinik tillsammans med experter till Užhorod i Västra Ukraina

SPR lähettää terveysklinikan ja asiantuntijoita Užhorodiin Länsi-Ukrainassa.



11.8.2022 Dag 167 – Päivä 167

FRK sänder köks- och inkvarterings utrustning från Finland till Ukraina. I materialet ingår bl.a. Fätkök och sängar med värde 320 000€

SPR lähettää keittiö- ja majoitustarvikkeita Suomesta Ukrainaan. Tarvikkeisiin kuuluu mm. Kenttäkeittiötä ja sänkyjä arvolta 320 000€



19.10.2022 Dag 236 – Päivä 236

FRK sänder 10 mobila hälsokliniker till Ukraina, klinikerna bemannas av en sjukskötare och läkare.

SPR lähettää 10 liikkuvaa terveysklinikkaa Ukrainaan. Klinikoiden henkilöstöön kuuluu sairaanhoitaja ja lääkäri.



2.11.2022 Dag 250 – Päivä 250

FRK bidrar med 10 miljoner euro från katastroffonden för betalnings kort till hjälpbehövande i Ukraina.

SPR antaa 10 miljoonaa euroa katastrofirahastosta maksukorttien hankintaan Ukrainan avuntarvitsijoille.



5.12.2022 Dag 283 – Päivä 283

FRK sänder 2 generatorer och 16 värmare till Ukraina för att bl.a. värma hjälppunkter och tillfälliga skyddshem för flyende.

SPR lähettää 2 generaattoria ja 16 lämmitintä Ukrainaan. Niitä käytetään mm. avustuspisteiden ja väliaikaisten turvakotien lämmittämiseen.





# Tiden går fort när man har roligt

Text Päivi Kuntze | Bild FRK Åbolands bildarkiv

Efter sex år på posten som distriktets ordförande och viceordförande i Finlands Röda Kors fullmäktige, stiger Päivi Kuntze av bägge posterna och sammanfattar här sina sex år som förtroendevald i Röda Korset.

Ett telefonsamtal kan göra så stor skillnad! För dryga sex år sedan fick jag ett telefonsamtal från Christel von Frenckell-Ramberg som frågade om jag skulle ställa upp som ordförande för Åbolands distrikt. Jag visste inte riktigt vad jag lovade, men snart börjar mina sex händelserika, lärorika, minnesvärda år vara förbi. Någon frågade mig vad en ordförande gör. Det här är inte nära på allt, men om följande saker har jag skrivit i Här och Nu -tidningen under de senaste åren.

(förutom distansmöten under den värsta koronatiden).

## KNIVATTACKEN VISADE VAD FRK GÖR

Min första höst gav mig genast insyn i hur värdefullt jobb rödakorsare från Åboland samt många andra distrikt gjorde i samband med knivattacken i Åbo. I anslutning till knivdådet i Åbo höll 138 frivilliga jour inom psykiskt stöd och mötte ca 2400 personer.

Det gäller att vara human, opartisk och neutral. Alltså Röda Korsets första tre grundprinciper kan vara viktiga livsvisdomar för alla.

## HÖSTSAMLINGEN KRYSSAR

Höstsamlingen 2017 som picknick-kryssning blev en storsuccé! Vi var hela 70 ivriga rödakorsare plus Reddie-hunden som samlades på en av höstens vackraste dagar för att lära oss nytt samt bli bekanta med varandra. Om jag har förstått rätt så hade Åboland landets största deltagarantal på höstsamlingen. Wow!

Ett av dagens huvudteman var hur föreningarnas information borde skötas i framtiden. Social media är bra om man



vet vad, hur och när man informerar. Där tyckte Reddie att vi hade kommit till dagens viktigaste fråga: Reddie fick bli so-mestjärna och där lyckades hen fint!

**"DET GÄLLER ATT VARA HUMAN, OPARTISK OCH NEUTRAL. ALLSÅ RÖDA KORSETS FÖRSTA TRE GRUNDPRINCIPER KAN VARA VIKTIGA LIVSVISDOMAR FÖR ALLA.**



## 2018 – visade vad Röda Kors arbete är när ingenting katastrofalt händer

**DIGITALA PLATTFORMEN OMA TOGS I BRUK OCH VI SES I BYN PROJEKTET STARTADE**

Nya digimästare skolades för avdelningar. De skulle sedan ta hand om den nya digitala plattformen Oma Röda Korset. Vi fick även ett nytt projekt: Åbolands distrikt tillsammans med Länsi-Suomen



piiri, Lapin piiri och Centralbyrån påbörjade ett 3,5 år långt projekt med namnet ”Kohdataan kylillä ja keskuksissa” eller ”Vi ses i byn!” som vi kallade det i Åboland. Det lät spännande och sådant som var just passande till Åboland! Onsdagen den 17.10 samlades vi i distriktskansliet och hade en tre timmars OMA övningspass med Juha och Christel. Den här skolningen var ingenting man satt och lyssnade på. Nej, vi hade datorerna, pad-dan eller telefonerna i full användning hela tiden och fick starta med att grunda en egen OMA-profil. Där blev det genast knepigt: om jag fyllde i rätt ”modersmålet finska” så hamnade jag på helt fel avdelning och distrikt. Så här fick jag ljuga lite och berätta att jag var svenskspråkig. Där-efter började allt rulla vidare. Fylla i egna intressen, kunskaper och t.ex. om jag har egen bil till förfogande eller om jag bara vill delta i evenemang inom, säg, en kvarts resa hemifrån. Man kan till och med sätta dit eget foto, så det blir lättare att känna igen andra människor i egna grupper. Det finns fortfarande idag – mars 2023 aktiva rödakorsare utan OMA-profil. Kanske är det dags att registrera sig nu?

## 2019 – året med stormar ute i naturen och fin utveckling av insamlingsätt

### UUSI VUOSI LAITTOI VAPAAEHTOISET TÖIHIN

Vuosi 2019 alkoi hämmästyttävän kovalla Aapeli-myrskyllä. Meillä Turunmaalla luonnonvoimien aiheuttamat sähkökatkot ja muut tuhot olivat loppujen lopuksi melko kohtuullisia, vaikka omalla vapaa-ajan asunnollamme sähkökatkesivat heti uuden vuoden juhlinnan jälkeen, eivätkä rakennusmiehet päässeet lautoilla töihin. Ahvenanmaalla tilanne osoittautui pahimmaksi Suomessa. Kymmenet Punaisen Ristin vapaaehtoiset ylläpitivät väliaikaisia, julkisiin tiloihin perustettuja majoitus- ja huoltokeskuksia, joissa ihmiset pääsivät peseytymään, ruokailemaan, lataamaan puhelimia ja saamaan henkistä tukea. Lisäksi Punaisen Ristin vapaaehtoiset jakoivat ruokaa eri puolilla Ahvenanmaata työskenteleville sähkölin-

## ” AHVENANMAALLA TILANNE OSOITTAUTUI PAHIMMAKSI SUOMESSA. KYMMENET PUNAISEN RISTIN VAPAAEHTOISET YLLÄPITIVÄT VÄLIAIKAISIA, JULKISIIN TILOIHIN PERUSTETTUA MAJOITUS- JA HUOLTOKESKUKSIA

jojen korjaajille ja pelastustyöntekijöille. Minua hämmästyttää joka kerta se tarmo, aktiivisuus ja nopeus, millä Punaisen Ristin vapaaehtoiset lähtevät hommiin.

### AUTAMME HAAVOITTUVIMMASSA ASEMASSA OLEVIA

Inhimillisuus, tasapuolisuus, puolueettomuus, riippumattomuus, vapaaehtoisuus, ykseys, yleismaailmallisuus. Siis Punaisen Ristin seitsemän peruseräatetta. Näitä mietin useasti, kun iltautiset ja aamulehdet vuonna 2019 kertoivat Oulun ja Helsingin lapsiin kohdistuvista raiskaustapauksista. Varsinais-Suomen piirin silloinen toiminnanjohtaja Pauli Heikkinen kommentoi aihetta Turun Sanomissa mm. seuraavasti: ”Lapsiin kohdistuvia seksuaalirikoksia ei hyväksy yksikään selväjätkäinen suomalainen eikä maahanmuuttaja. Mitään ryhmää ei pidä syyllistää, sillä valtaosa maahanmuuttajista on yhtä lailla tolkun väkeä kuin me juuret omaavat suomalaisetkin.”

### INSAMLINGSFORMERNA UTVECKLADES

Hungerdagsinsamlingen är en av de regelbundna punkterna i varje rödakors-

## ” RÖDA KORSET FINNS PÅ PLATS FÖRE, UNDER OCH EFTER KRISERNA.

res liv. I slutet av september 2019 stod jag på Hansatorget igen, den här gången med insamlingsbössan, bankkortsläsaren och stor iver. Under två förmiddagar fick jag reflektera hur skoleleverna tog insamlingen: en skara femte- och sjätteklassister samlade pengar samtidigt som jag. Några kom till mig och frågade efter råd: Jag vill inte gå rakt in till främmande människor och säga ”vill ni ge pengar”. Vad kan jag göra då? Jag berättade, att oftast räcker det med att man tar ögonkontakt och ler. Antingen reagerar människan positivt eller går förbi. Svårare är det inte.

Hungerdagen är otroligt välkänt i hela Finland, men det finns så många olika penninginsamlingar årligen, att alla inte har möjlighet att delta även om de skulle vilja. Det som gläder mig alltid är ungdomarna som kommer med sina pengar. Någon dag vill de kanske bli insamlare. Eller har tiden gått förbi bössinsamling? Allt flere säger att de inte har kontanter. En dam kom till mig med en strålände idé om att FRK kunde börja använda SMS, MobilePay eller bankkort som man kunde delta med. Jag berättade vänligt, att alla dessa tog jag emot, vad ville hon använda. Hon ville betala med bankkort!

## 2020 – började med att jag beskrev vår globala rörelse – snart blev det global pandemi

### VI FINNS ÖVERALLT I VÄRLDEN

Rödakors- och Rödahalvmåne-rörelser skiljer sig från andra hjälporganisationer på ett märkbart sätt: rörelsen är hela tiden närvarande nästan överallt i världen. Röda Korset finns på plats före, under och efter kriserna. Organisationen är faktiskt en del av samhället. Röda Korset går de sista kilometrarna för att möta de som är svåraste att bemöta. Vi strävar efter att bevara människors värdighet och värna om vår kollektiva humanitet. Informationsspridning om krigets lagar hör till Röda Korsets grundläggande uppgifter – distriktet ordnar ofta kurser om den internationella humanitära rätten, väldigt intressant och lärorikt.



### CORONA BÖRjade SPRIDA SIG

Redan vid årsskiftet började vi höra nyheter om Coronavirus från Kina. De kändes väldigt fjärran, men nånting väckte nyheterna i mig: jag ville inte beställa en resa till Italien, som maken hade föreslagit en längre tid. De första veckorna fick vi dagligen veta antalet coronasmittade – några månader senare visste vi bara att de var många! Och idag, tre år senare, hör vi kanske en gång i månaden en sammanfattning om utvecklingen av antalet döda i korona.

### DET BLEV ETT NYTT SÄTT ATT AGERA: VI GJORDE DET

Distriktets årsmöte 2020 hölls via Teams, med dryga 20 deltagare. Åtta av våra tio avdelningar var representerade och mötet gick hur bra som helst. Jag blev så glad för och stolt över personalen på kansliet samt alla mötesdeltagare! Vi klarade av det här, fast vi aldrig hade gjort någonting dylikt. (Ni vet väl alla att Pippi är min idol!) Visst hade det varit jätteroligt att träffas i Iniö, men när läget var som det var, så fick vi nöja oss med ett virtuellt möte med virtuella applåder och kramar. Och äntligen våren 2022 fick vi sedan åka till Iniö!

### UTBILDNING PÅ DISTANS

I stället för face to face kurser lärde vi oss att bli utbildade på distans. Under coronavåren utbildades 210 personer på distans i Åbolands distrikt. Våra gamla och nya frivilliga fick gå på åtminstone vänkurs, mentalt stöd för vänner, telefonhjälpkurs, avlastningskurs, Oma-kurs – och många fler. Vi alla hade en chans att lära oss nya saker, antingen med Röda Korset eller någon annanstans. Jag lärde mig franska på distans!

### 85-ÅRSKALAS FIRADES VIRTUELLT

På hösten samlades vi virtuellt för att fira Åbolands 85-åriga Röda Kors på FN-dagen. Om vi räknade rätt så var vi 70-80 deltagare på webinariet, alltså ungefär lika många som vi har haft på höstkryssningarna! En av festtälarna, business coachen Christoph Treier frågade oss, vad



vi lärt oss eller gjort för nya saker under det senaste halvåret. Då svarade jag för mig själv, att jag varit med och gjort en tidning, i själva verket två olika. Och nu, tre år senare, försöker jag igen hålla tidtabellen för två olika tidningar.

## FRÅN FÖRÄNDRING TILL MÖJLIGHET

Med väldigt enkla men vackra och samtidigt beskrivande bilder presenterade framtidsforskaren Niko Herlin oss frågan "Har Röda Korset en framtid". Det som fick mig att häpna var hans kommentar om att 65 % av dagens grundskoleelever kommer att ha ett yrke som inte ännu uppfunnits. Och att det finns många framtider man kan välja mellan och leva samtidigt i. När man öppnar nya dörrar så blir framtiden annorlunda. Från förändring till möjlighet med bara en pikkuliten skillnad, hur är det möjligt? Man byter till engelskan: CHANGE -> CHANCE. Niko fick oss även tro att vi eventuellt kunde vara med om distriktets 170-årsjubileum!

**" 65 % AV DAGENS GRUNDSKOLEELEVER KOMMER ATT HA ETT YRKE SOM INTE ÄNNU UPPFUNNITS.**

## TOPP COACH

Christoph Treier är en av Europas främsta mentala coacher. Han är välkänd bland idrottare såväl i Finland som utomlands. Han får varje individ att prestera på toppnivå – även oss rödakorsare. Jag blev förtjust i hur Christoph hade oss att fundera över särbehandling. Och hur viktigt det är att vi har roligt tillsammans. Om (och när) det fungerar så går allt annat bra!

## JAG HAR FÅTT GÖRA JOBBINTERVJUER

Just före julen 2020 valde Annaleena och jag efterträdare till Siw, det blev ju Axel Gröndahl. Det är ganska många arbetsintervjuer som vi hann med under dessa år. Röda Korset är en arbetsplats

som har dragningskraft – även i framtiden, är jag säker på.

## 2021 – från vaccinering till "det nya normala"

### VACCINATION OCH VACCINERINGSHJÄLP BEHÖVDES

Det var i början av 2021 som vi började få koronavaccin och livet började normaliseras. Det blev näs- och munskydd ännu några månader framåt, men under våren kunde vi börja träffas ansikte mot ansikte. Snart efter de första vaccinationer jobbade våra frivilliga som vaccineringshjälp.

### RESILIENS OCH LIVSERFARENHET

De senaste åren har börjat tära på vår resiliens, alltså hur bra vi är på att klara oss ur olika situationer. Resiliens är en egenskap vi alla besitter, det handlar om ihärdighet och flexibilitet, stresstålighet samt att kunna använda sina överlevnadskunskaper. En människa med stark resiliens tror på sina egna möjligheter och att hen klarar sig. Man kan träna upp resiliensen, och den utvecklas med livserfarenhet. Med detta i åtanke förstår man kanske bättre varför det är speciellt ungdomarna som led så mycket av koronati-

derna. Det handlar också om att känna till sina egna gränser och veta när det lönar sig att be om hjälp. Vi som rödakorsare har oftast varit de som erbjudit hjälp. Men rödakorsare kan också själv behöva hjälp, det är helt förstäligt och acceptabelt.

### NYA KATASTROFER TACKLADES I AUGUSTI 2021

Naturkatastrofer och politiska konflikter frågar inte heller tid och plats. Exempelvis Haiti led av jordbävningen och följderna av den tropiska stormen som följde direkt därpå. Hur klarade de sig där när även Covid-19 spred sig i samhället? Finlands Röda Kors gav 100.000 euro från katastroffonden till stödarbete i Haiti och samtidigt skickades två delegater att hjälpa till med IT-arbetet. Läget i Afghanistan var väldigt ostabilt och en ny flyktingvåg kunde väntas därifrån. Därför är det så viktigt att vi regelbundet samlar in för katastroffonden samt söker nya hjälpare: vi vet aldrig vad som händer imorgon och hur det påverkar oss i Finland eller i världen.

### DET NYA NORMALA

Så hade vi äntligen ett styrelse- och utskottsseminarium där vi fick närvara på riktigt. Idéerna flöt, entusiasmen var hög och känslan av samhörighet var toppen. Jag är så glad och tacksam för att vi så småningom kom till "det nya normala"

och de virtuella träffarna inte är det enda sättet att möta varandra. En resa till FRK logistikcentral Kalkku var en stor bekräftelse på detta, men det var redan en helt annan historia.

## 2022 – blev ett dystert år

### RÖDAKORSARE FUNGERAR OCKSÅ SOM PÅVERKARE

Välja, rösta, föreslå – det fanns en massa olika möjligheter att påverka. Nu är vi igen framför olika val: Hoppas ni har tagit och tar möjligheten att påverka på allvar. Rödakorsare är aktiva på olika fronter i livet, och det är bra och beundransvärd.

### KRIGETS LAGAR

Jag har nämnt krigets lagar i många sammanhang, men saken blev aktuell igen i februari 2022 när ryska trupperna anföll Ukraina. Kriget där har fortsatt nu i över ett års tid och hjälpet från Röda Korset likväl som från många andra organisationer har varit väldigt viktigt. Ett år av lidande, av omänskliga omständigheter – men även av otrolig hjälpvilja. Många ukrainare som flydde kriget kom också till Åboland och fick hjälp, hem och stöd från Röda Korset. Under det senaste året

har vi i distriktsstyrelsen diskuterat olika sätt att hjälpa – och iderikedom finns när alla rödakorsare kan visa sitt kunnande.

### KOM IHÅG ATT VILA OCH SAMLA KRAFTER

Rödakorsare kan även det där med att samla energi från naturen – någonting jag har skrivit om i Här och Nu. Att tillbringa tid ute i naturen förbättrar kroppens försvarsmekanismer, minskar mängden stresshormoner, sänker blodtryck och ökar känslan av livskraft. Jag vet inte riktigt om det här hör till ordförandes uppgifter, men jag önskar faktiskt att ni alla finner er även tid att slappna av, njuta av naturen, röra på er eller läsa en god bok. En människa som inte presterar hela tiden mår bättre och har mera krafter att hjälpa andra!

## 2023 – blir igen ett stämмоår!

### YLEISKOKOUKSEEN EI OLE ENÄÄ PALJOA AIKAA

Joensuu Pohjois-Karjalassa, missä se on ja mitä siellä on? Urheilun ystävä tunti tavat korisjoukkue Joensuun Katajan, entisen huippujoukko Jukka Keskiälön ja ampumahiihtäjä Kaisa Mäkeläisen. Musiikin ystävä tietävät totta kai Ismo ja Ilkka Alangon, mutta heillä on myös tunnettu huilistiveli Petri Alanko. Säveltäjä Kaj Chydenius pääsi ylioppilaaksi Joensuun lyseosta. Väisälän luonnontieteilijäveljekset Yrjö, Kalle ja Vilho olivat syntyneet Joensuussa. Joensuu sijaitsee Saimaan Pyhäselän pohjoisrannalla Pielisjoen suulla, se on asukasluvultaan Suomen 12. suurin kaupunki. Joensuun kaupungin alueella asuu noin 77 000 ihmistä. Joensuun kaupungin nimikkoeläin on uhanalainen rupimantteri (oletko edes kuullut sellaisesta, minä en). Ajomatka Turusta Joensuuhun kestää ainakin 6,5 tuntia, junalla pääsee hyvällä tuurilla vajaan 7 tunnissa. Nyt kannattaa ruveta kokoamaan matkakumppaneita, virallisten vaalikokousedustajien lisäksi mukaan kannattaa lähteä oppimaan uutta Punaisesta Rististä, tutustumaan uusiin kavereihin ja tällä kertaa myös katsomaan useim-

mille meistä uutta osaa Suomea.

### RÖDA KORSET ÄR EN LIVSSTIL

För oss alla olika sorters aktiva inom Röda Korset är det här en livsstil. Vi kan vara aktiva inom styrelsearbetet en tid, sedan senare finns det mera tid för Första hjälpen grupper eller att sköta om mathjälpen. Och om det inte finns tid för annat, så kommer vi bara på julkaffet och köper lotter - eller för våra begagnade möbler till Kontti. Det arbete som utförs i avdelningarna på osjälviska och humana grunder är mera värdefullt än ni ens förstår. Därför vill jag tacka er alla, som har Röda Korset som en livsstil!

**" EN MÄNNISKA SOM INTE PRESTERAR HELA TIDEN MÅR BÄTTRE OCH HAR MERA KRAFTER ATT HJÄLPA ANDRA!**

**M**in tid som ordförande närmar sig sin slut. Nu gäller det att hitta en ny ordförande och även nya medlemmar till övriga styrelseposter som väljs på årsmötet i Kimito. Jag har lärt mig otroligt mycket under de här åren. Även att sticka, som jag blev utmanad till på en avdelningsteam. Vad kommer jag att göra i fortsättningen då? Sitta kvar i finansutskottet, om möjligt. Samla pengar på Hungerdagen, det som jag började med i Röda Korset. Så småningom vill jag börja jobba mera i vänverksamheten, på sätt eller annat. Eller det kan vara någonting helt annat och annorlunda, kanske någonting jag inte ens vet om ännu. Jag har lärt känna en massa nya fina människor som jag annars inte hade gjort. Det är ni! Tack att ni finns! Kiitos teille kaikille omalla laillanne aktiivisille!

**J**ag vill utmana er alla: gör saker som ni inte har gjort tidigare. Ställ upp i olika val. Kom med på resor – där lär man sig känna nya människor och även väldigt mycket om Röda Korset. Lycka till i fortsättningen till min efterträdare och till den nya styrelsen.





# Ordinarie stämman i Joensuu

Text Päivi Kuntze | Bild Sanna Perälä

Savolax-Karelens distrikt firade sitt 25-årsjubileum 2022. Distriktet verkar inom två starka landskap, där savolaxisk fryntlighet och karelsk gladlynthet möts. Avståndet mellan distriktets yttre gränser är cirka trehundra kilometer.

I södra delarna av Joensuu centrum rinner Pielisjoki där Suvantobron tar en från torget till centralsjukhusets backe.

Joensuu bor 80 000 glada karelare eller personer som känner sig som karelare. Med den befolkningsmängden är Joensuu den tolfte största staden i Finland. Joensuu är känd bl.a. för Ilosaarirock som i sin tur firade sitt 50-årsjubileum för ett par år sedan. Det andra landskapscentrumet i distriktet ligger i Kuopio, Norra Savolax. Atmosfären på Kuopios torg och i hela staden är en upplevelse som är värd att bekanta sig med – kanske någon som inte deltar som officiell representant hinner ta sig även dit.

Den ordinarie stämman är en betydelsefull plats för påverkan, men också ett fint tillfälle att träffas tillsammans i en stor grupp efter flera år av coronarestriktioner. Pielis älv som rinner genom staden ger en skön miljö för mötet. Förhoppningsvis kommer vi också att kunna hälsa på varandra i traditionell rödakorsare-stil.

## VALDISKUSSIONERNA PÅ CARELIA

På fredagen kommer vi åbolänningar att åka buss hela dagen. Vårt Lietsu Boutique hotell ligger väldigt centralt mellan mötesplatsen Carelia och lördagens kvällsfest Kerubi (som lär vara

Joensuus bästa keikkaplatz – vad har vi männe framför oss?). Vi kommer fram så att vi hinner träffa de övriga rödakorsarna som bor på samma hotell – och för ungdomarna finns det redan Ungdomarnas Förfest på fredagen. Medlemmarna under 29 år som deltar i stämman är välkomna på Förfesten fre 9.6 kl. 18.15-22 på Kultuuritehdas Siihtala (ca 1 km från hotellet). Där förbereder man sig inför stämman, deltar i valtenten för ordförande- och styrelsekandidater samt bekantar sig med mötesrutiner. Därtill finns det fritt samvaro. Tillfället inklusive serveringen är gratis och man anmäler sig genom samma länk som till hela stämman.

På lördagen startar själva stämman med valdiskussioner och stadgeändringar. Jag har inte fått en tidtabell, men det hinner nog komma många gånger. Ett väldigt häftigt evenemang under stämman är utdelning av förtjänstecken i guld och silver. Jag hoppas innerligt att de som hedras med märken har möjlighet att delta i Joensuu! På kvällen blir det kvällsfest med fina artister, dock än så länge överraskningar för oss alla. På söndagen fortsätter mötet och på eftermiddagen börjar en lång och intensiv hemresa med buss!

Om man inte är en officiell representant så finns det möjlighet för längre och kortare resor från Joensuu under helgen. Jag har fått en PowerPoint med en massa reseplaner, men presenterar här bara några.

## MYCKET ATT SE I TRAKTEN

Man kan eventuellt hinna till Valamo på lördagen! Tystnad och delikatesser utlovas. Resan Joensuu-Valamo-Joensuu tar ca 2 timmar med egen bil. Kanske man kan låna? Där kan man bekanta sig med kyrkan och utställningen, delta i en guddad klostervandring eller vandra genom en 1,6 km långa välmåendestig. Där får man reda på klostrets historia, natur och kan själv göra välmåendeövningar. Märkligt nog så finns där även en vingård och vinbutik med möjlighet att smaka på whiskey eller vin.

Bunkermuseum i Joensuu, ca 7 km från hotellet är "historiens sista försvarslinje". Den är byggd 1940-44 och är en del av den 1200 km långa Salpalinja (Salpalinje?) fästningskedja. Där kan man bekanta sig med stålbetongsbunkrar, en utställning om hur Salpalinjen bygdes, fåror och pansarvärnskanoner. Man måste beställa guidning i förväg eftersom muse-

et inte har öppettid ännu i början av juni annat än vid beställning, men finns det intresse så går det säkert bra att fixa.

Botania är en konstträdgård ca 2,5 km från hotellet. I Botaniska trädgården finns över 2000 olika växter, bl.a. tropiska träd. Man kan även njuta av konstutställningar, eller beundra fjärilar. Utomhus finns en sinnenas trädgård, det är ju för alla som har jobbat med sinnenas promenader! Man kan sitta och dricka kaffe! Inträdet är 15 €/person.

I Kuhasalo (dryga 3 km västerut från hotellet) kan man sitta och njuta av stämningen vid en stor inlandssjö Pyhäselkä. Precis i motsatta riktning, ca 5 km österut från vårt hotell, finns Utra öarna. De är ett välkänt område, där man kan "hoppa" mellan öarna längs vackra träbroar. Det går att tända eld, steka korv eller bara sitta och njuta av naturen. För fågelskådare finns det förutom vanliga gräsänder även övriga för östra Finland typiska vattenfåglar.

## DISTRIKTETS VERKSAMHETSLEDARE ÖNSKAR OSS VÄLKOMNA

Savolax-Karelens verksamhetsledare Kaisu Haataja har själv kommit till Norra Karelen av kärleken till Kolis karga nationallandskap som hon mötte som nittonåring. Hon rekommenderar definitivt ett besök till denna underbara naturdestination. Avståndet från Joensuu till Koli är cirka 75 kilometer. Kanske för sådana mötesdeltagare, som antingen börjar resan några dagar i förväg eller blir i Joensuu efter stämman.

Kaisu hälsar oss med Leevi and the Leavings och Gösta Sundqvist: "Minä lähden Pohjois-Karjalaan, vaihdan farkut verkkarihousuun". Man behöver inte byta jeansen till träningsbyxor, men man får klä sig som man tycker är bekvämt. Det viktigaste är att vi träffar varandra i det alltid så glada Norra Karelen.

Mera vågar Kaisu ännu inte öppna programmet, men hon försäkrar oss med att i programmet finns östfinländsk program och att kvällsfestlokalen är en del av den karelska traditionen, Kerubi hette tidigare Karjalan talo.

Det lönar sig att bekanta sig med sidorna visitjoensuu.fi före stämman – oberoende om man hinner ta sig ute på stan eller inte!

## Vilka beslut fattas det på ordinarie stämman?

På ordinarie stämman beslutar vi om Röda Korsets strategi för åren 2024–2026. Samtidigt väljs ordförande för organisationen och förtroendevalda till styrelse och fullmäktige. Ordinarie stämman beslutar även om ändringar av stadgarna.

## Röda Korsets ordlista för ordinarie stämman

### Vad är ett initiativ?

Ett initiativ är en skriftlig framställning till den ordinarie stämman om den riksomfattande verksamheten. Varje personmedlem och organisationsenhet (t.ex. en avdelning) kan lägga fram initiativ till organisationens styrelse senast den 10 april 2023. Styrelsen tar ställning till initiativen på förhand, men den ordinarie stämman fattar beslut om initiativen.

### Vad är en kläm?

En kläm är en hemställningsmotion. Verkställande av besluten styrs med klämmar. De kan användas för en begäran om att klargöra eller förbereda ett ärende för framtida beslut. Man kan förbereda ärendet på förhand, men den egentliga klämman görs vid den ordinarie stämman. Finlands Röda Kors styrelse ger sitt svar på en kläm som läggs fram vid den ordinarie stämman inom sex månader från stämman.

### Vad är en verksamhetsstrategi?

Verksamhetsstrategin är en gemensam nationell strategi för Finlands Röda Kors olika enheter (distrikt, avdelningar, institutioner och centralförvaltningen) och strategins uppställda mål styr det gemensamma arbetet som Röda Korsets frivilliga och anställda utför. Verksamhetsstrategin definierar alltid strategin för Finlands Röda Kors tre år i taget.

Innan verksamhetsstrategin fastställs vid den ordinarie stämman kan innehållet i den påverkas. Under organisationsbehandlingen i februari och mars 2023 har alla avdelningar haft möjlighet att kommentera utkastet till verksamhetsstrategi som organisationens styrelse berett.

### Hur fattas besluten vid den ordinarie stämman?

Varje röstberättigad ordinarie stämmoföreträdare som utses av avdelningarnas styrelser har rösträtt och en (1) röst i stämman. Dessutom har varje distrikt en av styrelsen vald röstberättigad företrädare. Som beslut gäller den proposition som har understötts av mer än hälften av de avgivna rösterna. I valet blir de som fått flest röster valda. Om det finns bara en kandidat behövs det ändå över hälften av de givna rösterna för att bli vald.





FRK Åbolands distrikt

# Årsmöte 22.4.2023 i Kimito

Bild Jussi Vierimaa

SPR Turunmaan piiri

## Vuosikokous 22.4.2023 Kemiössä

Läs mera: [rednet.rodakorset.fi/node/64204](https://rednet.rodakorset.fi/node/64204)

Lue lisää: [rednet.punainenristi.fi/node/54780](https://rednet.punainenristi.fi/node/54780)

### Röda Korsets adress

Adressen är ett finkänsligt och varmt sätt att ihågkomma och delta i de anhörigas sorg. Med en adress från Röda Korset stöder du Röda Korsets omfattande och mångsidiga hjälpverksamhet. I fall ni önskar kan vi sköta om textning och postning.

Läs mera på vår hemsida:  
[rednet.rodakorset.fi/aboland](https://rednet.rodakorset.fi/aboland)

Åbolands distrikt tackar för stödet.



### Punaisen Ristin adressi

Adressi on hienotunteinen ja lämminhenkinen tapa muistaa ja ottaa osaa läheisten suruun. Punaisen Ristin adressilla tuet Punaisen Ristin monipuolista ja laajaa avustustoimintaa. Halutessanne hoidamme tekstauksen ja postituksen puolestanne.

Lue lisää kotisivuiltamme:  
[rednet.punainenristi.fi/turunmaa](https://rednet.punainenristi.fi/turunmaa)

Turunmaan piiri kiittää saamastaan tuesta.

### Veckan mot rasism 2023

# Skärgård utan gränser är årets fördomsfria föregångare i Åboland

Text Andrea Södergård | Bild Sonja Tobiasson

Garantiföreningen för Skärgård utan gränser – Saaristo ilman rajoja kannatusyhdistys är utsedd till Årets fördomsfria föregångare i Åboland 2023 för sitt arbete för att erbjuda invandrare lika möjligheter till mångsidig verksamhet.

Skärgård utan gränser har på ett föredömligt sätt arbetat för jämställdhet och mångfald bland annat genom att stöda barn, ungdomar och kvinnor i invandrarfamiljer att delta i Folkhälsans simundervisning.

Föreningen har ordnat gemensamma anmälningskvällar och stöttat simeleverna med halva deltagaravgiften, berättar ordförande **Sonja Tobiasson**.

”Genast 2016 kom det på tal att en viktig medborgarfärdighet är simkunskap, så barnen anmäldes till de ordinarie sommarsimskolorna. År 2020 kom det önskemål att också ordna simskolor för invandrarkvinnor. Simskolorna för kvinnorna hålls i Folkhälsans bassänger med Folkhälsans simlärare, men vi rekryterar deltagare i våra led. Just nu deltar 14 kvinnor, även från Ukraina”, säger hon.

### INTEGRATION HANDLAR OM ATT JOBBA TILLSAMMANS

Föreningen har också skapat mötesplatser för personer med olika bakgrund genom att ordna årliga bussresor och mångkulturella fester, där deltagarna ofta samlas kring mat och program. Både finländare och nyfinländare deltar i planeringen och genomförandet av festerna.

Särskilt minns Tobiasson festen som ordnades 2017 då Finland fyllde 100 år.

”Då var det finskt tema i

Brankis och vi firade med risgrynsgröt och jultårter”, säger hon.

Föreningen har på olika sätt stött integrationen och inkluderingen av de nyanlända genom att ordna föreläsningar om hälsovård, vaccination och IT med inbjudna gäster. Under träffarna har man också lärt sig använda nätbanken och beställa tid till sjukvården.

Föreningen har på ett konkret sätt jobbat för social delaktighet genom att ta med invandrarna i föreningens besluts-

fattande. I styrelsens sitter personer som talar svenska, finska och arabiska. Det är ett gott exempel på hur civilsamhället kan förena människor oavsett språk, nationalitet och kultur.

”Integration för oss handlar om att vi jobbar tillsammans för att skapa något gemensamt. Tre arabiska kvinnor har engagerat sig i föreningens styrelse varav en är viceordförande”, säger Tobiasson.

### Hur reagerade du när du fick höra att ni vunnit utmärkelsen Årets fördomsfria föregångare?

”Jag gick på rosa moln. Det kände helt fantastiskt. Vi har funnits i sju år och det är fint att någon har noterat vårt arbete”, säger Tobiasson.

Utmärkelsen Årets fördomsfria föregångare delas ut av Finlands Röda Kors under veckan mot rasism i mars. Genom utmärkelsen vill Röda Korset lyfta fram aktörer som främjar jämlikhet i det finländska samhället. Utmärkelsen delas ut distriktsvis till en aktiv aktör eller ett ändamål i den regionen.

Årets fördomsfria föregångare i Åboland utses av distriktets frivilligutskott som består av frivilliga från hela skärgården. Uppvaktningen skedde onsdagen den 22.3 i anslutning till föreningens årsmöte.



Mellanmålspaus på simskolan i Bläsås 2016.





### Årets vän i Åboland 2023

## "Alla kan inte hjälpa alla, men alla kan hjälpa någon"

Text Amelia Bondegård | Bild Axel Gröndahl

Anne-Marie "Ami" Ahlgren har engagerat sig helhjärtat i att hjälpa andra. Hon har byggt starka band till de familjer och personer hon hjälpt genom åren vilket gör henne till en stor trygghet för många.

**A**nne-Marie "Ami" Ahlgren från Korpo har blivit utsedd till årets vän 2023. En hedrande utnämning enligt henne själv.

"Det känns ärofyllt och kom som en verklig överraskning", säger hon när Åbolands distrikt ringer upp henne för en intervju i mitten av februari.

I nomineringen framkommer att Ami Ahlgren har engagerat sig helhjärtat i

mottagandet av dem som flytt konflikten i Ukraina.

"Det kändes givet för mig att ställa upp för dem och hjälpa till."

Ami Ahlgrens engagemang började redan år 2015 då hon engagerade sig för de flyktingar som då anlände till Nagu. Båda gångerna umgicks hon med familjerna, införskaffade förnödenheter åt dem och följde med dem på ärenden.

"Det kanske är små saker för en själv men det kan vara stort för dem att någon gör dessa saker för dem", säger hon.

### VÄNSKAPSBANDEN HÅLLER TROTS AVSTÅND

Hon håller fortfarande kontakten med flera familjer som numera bor på annan ort i Finland eller har flyttat tillbaka till Ukraina.

### "SPRÅKBARRIÄRER ÄR INGA PROBLEM, SÅDANA HINDER TAR MAN SIG IGENOM TILLSAMMANS."

"Man får så mycket tillbaka av att hjälpa andra. Jag har till exempel lärt mig mycket om andra kulturer och traditioner."

Ami Ahlgrens engagemang år 2015 och nu för dem som flytt Ukraina skiljer sig inte så mycket åt. Några insikter har hon ändå fått med sig sedan senast.

"Språkbarriärer är inga problem, sådana hinder tar man sig igenom tillsammans. Sedan är det viktigt att låta flyktingarna ta den tid de behöver för att bli

bekanta då de kommer från traumatiska omständigheter."

Sin vilja att hjälpa beskriver hon så här:

"Alla kan inte hjälpa alla, men alla kan hjälpa någon."

**Hur skulle du beskriva känslan att få en vän som är temat för årets vänskapskampanj?**

"Vänskap är nog det viktigaste i livet. Vi är inte så olika varandra fastän vi kommer från olika kulturer."

## "Kaikki eivät voi auttaa kaikkia, mutta jokainen voi auttaa jotakuta"

Teksti Amelia Bondegård

Korppoolainen **Anne-Marie (Ami) Ahlgren** valittiin vuoden ystäväksi 2023. Hänelle nimitys on suuri kunnia.

"Tuntuu ihanalta ja tämä tuli todella yllätyksenä", hän sanoo, kun Turunmaan piiri soittaa hänelle helmikuun puolivälissä.

Nimitysehdotuksessa todetaan, että Ami Ahlgren on sitoutunut täydestä sydämestään Ukrainan konfliktia paenneiden vastaanottamiseen.

"Tuntui itsestään selvältä auttaa heitä."

Amin sitoutuminen alkoi jo vuonna 2015, kun hän omistautui Nauvoon saa-

puneiden pakolaisten auttamiseen. Molemmilla kerroilla hän on viettänyt aikaa perheiden kanssa, hankkinut heille tarvikkeita ja ollut heidän mukanaan asioinnissa.

"No ovat pieniä asioita itselle, mutta heille suurta, että joku tekee nämä asiat heidän puolestaan", hän sanoo.

Hän pitää edelleen yhteyttä useisiin perheisiin, jotka asuvat nyt muualla Suomessa tai ovat muuttaneet takaisin Ukrainaan.

"Muiden auttamisesta saa itse niin paljon. Olen oppinut paljon muista kulttuureista ja perinteistä."

Ami Ahlgrenin sitoutuminen vuonna 2015 ja nyt Ukrainasta paenneiden auttamisessa ei ole kovin erilainen. Hän on silti saanut joitain oivalluksia viime kerrasta.

"Kielimuurit eivät ole ongelma, ne ylitetään yhdessä. On tärkeää antaa pakolaisten ottaa tarvittava aika tutustuaan, koska he tulevat traumaattisista olosuhteista."

Hän kuvailee auttamistahtoaan seuraavasti:

"Kaikki eivät voi auttaa kaikkia, mutta jokainen voi auttaa jotakuta."

**Miten kuvailisit sitä tunnetta, kun löydät ystävän, mikä on tämän vuoden ystäväpäiväkampanjan teema?**

"Ystävyys on varmaan tärkein asia elämässä. Emme ole kovin erilaisia, vaikka tulemekin eri kulttuureista."



Årets vän uppvaktades i vändagsveckan. Axel Gröndahl överrättade diplom till Ami Ahlgren.

*Utmärkelsen Årets vän delas ut varje år i samband med vändagen av Åbolands distrikt till en person med ett varmt hjärta och som bryr sig om sina medmänniskor.*

*Turunmaan piiri palkitsee joka vuosi ystäväpäivän yhteydessä Vuoden ystävän, kriteerinä palkinnon saamiselle on, että kyseisellä henkilöllä on lämmin sydän ja että hän välittää lähimmäisistään.*





## Vänförmedlingen skyddar vännernas personuppgifter

Text Axel Gröndahl | Bild Suvi-Tuuli Kankaanpää

Finlands Röda Kors tog år 2018 datasystemet OMA i bruk, systemets huvudsakliga uppgift är att fungera som ett register för verksamhetens frivilliga och som en plattform där frivilliga kan anmäla sig till kurser, uppdrag och gå med i olika verksamhetsgrupper.

**D**å systemet togs i bruk fick alla vänförmedlare i landet ett nytt verktyg att använda sig av i vänverksamheten.

Vänförmedlingen är ett eget system som främst förmedlare har tillgång till. Här kan en förmedlare samla uppgifter på både kunder och frivilliga vänner för att lättare hitta rätt vänskontakter och ha översikt över verksamheten.

Som frivillig vän blir du ombedd att skapa en s.k. vänprofil eller vänkort som

matas in i vänförmedlingsverktyget. Profilen/kortet kan endast skapas av frivilliga som har en OMA-profil och som har fått en markering att de har avklarat Röda Korsets vänskurs. Med hjälp av information som den frivilliga fyller i kan vänförmedlingssystemet automatiskt hitta en kund som motsvarar kundens och den frivilliga vännens preferenser och kriterier.

Inom en nära framtid kommer vänkunder även ha möjligheten att själva fylla i en elektronisk ansökan som skickas

direkt till förmedlingsverktyget och vänförmedlaren. Den elektroniska ansökan kommer gå att fylla i själv eller t.ex. med en familjemedlem.

Vänförmedlingsverktyget existerar främst av allt för att skydda dig och vänkundens uppgifter så att verksamheten kan fortsätta vara säker för alla! Så sköter du om vänförmedlingen så sköter vänförmedlingen om dig.

## Ystävälityksessä ystävien henkilötiedot ovat turvassa

Teksti Axel Gröndahl

**S**uomen Punainen Risti otti vuonna 2018 käyttöön tietokonejärjestelmän OMA, jonka tärkein tehtävä on toimia vapaaehtoisten rekisterinä ja alustana, jossa vapaaehtoiset voivat ilmoittautua kursseille, tehtäviin ja liittyä mukaan erilaisiin toimintaryhmiin.

Kun järjestelmä otettiin käyttöön, saivat myös kaikki ystävälittäjät uuden työkalun ystävätoimintaan.

Ystävälityksellä on oma järjestelmä, johon pääsääntöisesti vain ystävälittäjillä on pääsy. Siellä välittäjä voi kerätä asiakkaiden ja vapaaehtoisten tietoja,

löytää helpommin sopivat ystäväkontaktit ja samalla saada kokonaiskuvan toiminnasta.

Ystävävapaaehtoisia pyydetään luomaan ns. ystäväprofiili tai ystäväkortti, joka tallentuu välitysjärjestelmään. Profiilin/kortin luominen on mahdollista ainoastaan, jos vapaaehtoisella on OMA-profiili ja hän on suorittanut Punaisen Ristin ystäväkurssin ja saanut siitä merkinnän järjestelmään. Vapaaehtoisen täyttämisen tiedon avulla järjestelmä pystyy löytämään asiakkaan, joka vastaa molempien mieltymyksiin ja kriteereihin.

Asiakkailla on lähitulevaisuudessa mahdollisuus täyttää ystävähakemus myös netin kautta, jolloin hakemus menee automaattisesti välitysjärjestelmään ja ystävälittäjälle. Hakemusta voi täydentää itse tai esim. läheisen kanssa.

Ystävälitysjärjestelmän tärkein ominaisuus on suojata sinun ja ystäväasiakkaan tietoja, jotta toiminta voi jatkosakin olla turvallista kaikille! Jos pidät huolta ystävälityksestä, niin välitys pitää myös huolta sinusta.

**Vill du bli en vän?  
Haluatko ystäväksi?**

**Vill du ha en vän?  
Haluatko ystävä?**

**Kontakta din lokalavdelning!  
Ota yhteyttä paikallisosastoosi!**

### Dragsfjärd

**Viveka Eriksson**, viveka.b.eriksson@gmail.com, tfn 041 531 8018 (måndag kl 9.30-11, torsdag kl 15-16)

### Hitis

**Desiré Roman**, dessismat@gmail.com, tfn 050 374 8966

### Houtskär

**May-Britt Järnström**, maya\_j47@hotmail.com, tfn 040 575 9782

### Kimito

**Ann-Christine Lundström**, kimitofrk@gmail.com, tfn 041 319 4034 (vardagar kl 10-16)

### Korpo

**Inga-Britt Sjöström**, galtby.torpet@gmail.com, tfn 040 534 1119

### Nagu

**Annemo Palmroos-Broos**, annemo.palmroos-broos@pargas.fi, tfn 040 589 0699

### Pargas

**Helena Lindström**, helena.lindstrom@parnet.fi, tfn 040 189 8812 (vardagar kl 9-15)

### Åbo svenska

**Ulla-Stina Engström**, usengstrom@gmail.com, **Ulla Stendahl**, ulla.stendahl@iki.fi, tfn 040 360 2502



## Korpo avdelning Här får den som behöver mat

Text & bild Andrea Södergård

Behovet av mathjälp ökar samtidigt som tillgången till mat minskar. Vi besökte matutdelningen i Korpo för att se hur en matutdelning går till.

Inger Wiklén packar väskan med råvaror i församlingshemmet i Korpo.

Det är en varm oktoberkväll och klockan slår snart 18. På församlingshemmet i Korpo väntar kaplan Esa Killström och Inger Wiklén på att kunderna ska komma och fylla sina väskor med matvaror.

”Det här är en viktig verksamhet”, säger Esa medan han kollar vad som finns i frysen.

Två gånger i månaden ordnas matutdelning i församlingshemmet i Korpo.

Utdelningen är ett samarbete mellan Röda Korset lokala avdelning och kappelförsamlingen. I den fem-manna stora arbetsgruppen sitter två från församlingen och tre från rödakorsavdelningen.

Maten kommer från den lokala Korpohandeln. Tre gånger i veckan har arbetsgruppen kommit överens om att de kan hämta svinmat en kvart före stängningsdags. Maten fryses ned och delas ut till behövande. Det är en win-win-situation, säger Esa.

”Butiken blir av med matsvinnet och de som behöver få mat på bordet får ett välbehövligt tillskott till matsedeln”, säger han.

Inger berömmar samarbetet med butiken.

”Nån gång kom det också tvättmedel, kaffe och termosar som tagits ut ur sortimentet. Det är en helt underbar butik”, säger hon.

En del donationer av äpplen och tomater har donerats av lokala producenter i Vattkast. Under denna oktoberkväll finns det särskilt mycket ägg, tomater och äpplen.

### HÖJDA PRISER PÅVERKAR OLIKA

Matutdelningen i Korpo startade som en del av projektet Mathjälp, där Finlands Röda Kors på uppdrag av social- och hälsovårdsministeriet gått in för att koordinera mathjälpen i hela Finland. En viktig del är att vidareutveckla verksamheten så

att den stöder delaktigheten och gemenskapen i Finland.

Även i Korpo har man i anslutning till försökt ordna te-bjudning i samband med utdelningen, men än har det inte riktigt nappat.

Enligt en utredning som Finlands Röda Kors gjort kommer behovet av mathjälp att öka samtidigt som mängden mat att dela ut minskar.

När priserna stiger kan en redan ansträngd ekonomi göra att man inte har råd med mat. Då kan mathjälpen vara en kompletterande del av utkomsten. Andra hämtar sina kasse mer sporadiskt.

### KYCKLING HAR MEST ÅTGÅNG

Klockan slår sex och de första kunderna börjar komma. Utdelningen går till så att man kommer in en i gången och får plocka ut det man behöver.

Först ut är en äldre dam som frågar vad som bjuds idag. Hon skulle särskilt

vilja ha mörkt bröd. Esa går till frysen, öppnar den och plockar blanda de olika brödpåsarna. Till sist halar han fram en påse rågbröd.

”Går det bra med ruisrokit?” säger han.

”Det går bra”, säger damen.

En och en kommer kunderna in. Det önskas höna, fisk, mikromat, ägg och tomater. En del önskar råvaror, andra halvfabrikat. De flesta vill ha en blandning.

Esa och Inger plockar och sätter ner i plastpåsar och tygkassar.

”All mat är bra när man är hungrig”, säger en av kunderna.

Den här kvällen är det sex personer som besöker matutdelningen, men behovet är större än så. En del väljer att ta kontakt med någon i arbetsgruppen och komma och hämta mat andra tider.

Enligt en utredning som Finlands Röda Kors har gjort i hela Finland är det mycket varierande livssituationer som gör att man har behov av mathjälp. I bakgrunden kan det finnas en lång tid av arbetslöshet, sjukdom eller överskuldssättning. Även familjer med bara en förälder och ensamboende pensionärer som bor på hyra kan ha svårigheter med att få pengarna att räcka till mat.

Högre boendekostnader, stora utgifter för mediciner och vård och om man har många barn är några av orsakerna till att levnadskostnaderna kan vara högre än vad inkomsten räcker till.

### MATHJÄLP FÖR ALLA SOM BEHÖVER

I Korpo närmar sig klockan sju och matutdelningen går sakta mot sitt slut. Esa åker iväg till Korpohandeln för att fylla på varor i fryser. Inger och jag blir kvar i köket i församlingshemmet.

”Det viktigaste skulle vara att få fram är att härifrån kan alla som behöver hämta mat. Det är inte någon annans sak att bedöma vem som har rätt till mathjälp, utan har man behov är man välkommen”, säger Inger.

När Esa kommer tillbaka går vi igenom dagens utdelning. Det har minskat bra i frysarna och äggen har gått bra åt. Äpplena och tomaterna har minskat, men det finns ännu en hel del kvar.

Maten finns kvar tills nästa gång någon behöver.



## Nytt fältkök och ökat behov av mathjälpen

Text & bild Axel Gröndahl

Under årets gång har flera avdelningar runt om i Åboland och hela Finland gjort en satsning för att stärka och utveckla den lokala mathjälpen. För flera av våra avdelningar har det här betytt nya samarbetsmöjligheter och nya sätt att hjälpa.

Det nationella projektet *Ruokaa ja apua kaikille* har bl.a. som mål att kunna hitta möjligheter att erbjuda mathjälp på mindre orter där det kanske inte erbjuds och samtidigt stöda andra lokala aktörer som erbjuder mathjälp. Samtidigt hoppas vi även att våra avdelningar kan rekrytera nya frivilliga som vill vara med och hjälpa och utveckla den här verksamheten lokalt. Mathjälpens verksamhet är även i beredskapssyfte en oerhört viktig tillgång för varje avdelning att ha till sitt förfogande.

Vi har alla under det senaste året lagt märke till att livsmedelspriserna stiger samtidigt som tillgången till en del varor har varit instabil. Därför är det extra viktigt för oss att kunna ge vårt stöd och samtidigt hitta nya möjligheter att hjälpa. Många avdelningar har under våren lyft fram väldigt fina och kreativa idéer i både mindre och större skala, den här typen av utvecklingen vill vi fortsätta att se i våra lokala avdelningar!

Sedan hösten 2022 har Åbolands distrikt haft till förfogande ett fältkök som avdelningarna kan låna till sina tillställningar. Det här öppnar upp nya möjligheter för hur vi kan erbjuda konkret mathjälp där den behövs. Avdelningar kan låna fältköket utan kostnad och samtidigt få en snabbkurs i kökets användning och underhåll. Fältköket rymmer 35 liter och väger cirka 50kg, som bränsle går både ved och gas. Kontakta Åbolands distrikt för mera information.

Stort tack till alla frivilliga för den fina hjälpen som ni har gett i mathjälpen!



## Avdelningar i Åboland

# Ordförandegallup: Vad vill du åstadkomma

Text Andrea Södergård | Bild privat

Vi frågade ordförande i Västanfjärds, Houtskärs och Dragsfjärds avdelning om deras syn på mål, mening och riktning i den lokala verksamheten. Alla fick svara på tre frågor. De tre frågorna var:

1. Vad fick dig att ställa upp som ordförande?
2. Hur kom du med och vad har du gjort i Röda Korset?
3. Vad vill du åstadkomma som ordförande?

### Mariette Funck, Västanfjärd



- 1 Västanfjärd avdelningens trotjänare i över 30 år, **Pertti Metso**, ville trappa ner och hans mandatperiod gick dessutom ut. Eftersom jag verkat som vice ordförande de senaste två åren föll det sig rätt naturligt att jag fortsatte som ordförande.
- 2 Som nyinflyttad/återinflyttad till Västanfjärd 2018, blev jag tillfrågad om jag vill komma med i Röda Korset som styrelsemedlem och på den vägen är det. Dessutom representerar jag just nu avdelningen som styrelsemedlem i Åbolands distriktsstyrelse. Under denna tid jag varit med i Röda Korset har jag tillsammans med övriga styrelsemedlemmar och frivilliga ordnat bla evenemang till förmån för Hungerdagsinsamlingen. Pga Ukrainakrisen blev 2022 ett aktivt år för oss i styrelsen. Tillsammans med andra aktiva i vår avdelning hjälpte vi att inreda lägenheter i Dalsbruk.

- 3 Jag hoppas på att avdelningen skall kunna fortsätta sitt arbete ännu i 70 år till och att vi får nya yngre aktiva med i vår avdelning och verksamhet.

### Jaana Rosenblad, Houtskär



- 1 Jag skulle säga att det var mera frågan om ett "naturlig utbyte". Ställde upp alltså efter behov som vi i avdelningen hade. Det var inte lätt att svara "ja" eftersom jag inte var så erfaren när det gäller föreningsliv, men det att jag fick förtroende av styrelsen var en tillit som jag uppskattade trots min osäkerhet. Nästan allt går att lära sig, utmaningar för en vidare och man kan till och med växa som individ. Mitt motto är: "Inför en ny utmaning kom ihåg att andas".
- 2 Jag kom med i Röda Korset i Houtskär i vår bybutik "mellan hyllorna". Där träffade jag en aktiv medlem från vår avdel-

ning, som övertalade mig att komma med, och innan jag förstod var jag med i styrelsen. Roligt och nyttigt har det varit. Gemenskapen, att jobba tillsammans ger så mycket och jag är tacksam att jag blev "övertalad" att komma med.

- 3 Jag vill bevara den goda andan som vi har i vår avdelning och jämlikheten, rättvisan och gemenskapen mellan oss och ett gott samarbete med andra föreningar. Blir bättre på att lyssna och modigare att möta och ta emot. Jag vill att vi genom att regelbundet delta i olika utbildningar hålla vår förening "up to date". Sist men inte minst vill jag uppmuntra alla våra frivilliga att sköta om sig, vila och våga säga nej. För att hjälpa andra måste man själv vara okej.

### Anne Majonen, Dalsbruk



- 1 Jag gillar att organisera, planera och se hur verksamheten utvecklas genom tiden. Men avgörande var nog att jag blev så väl mottagen av de andra frivilliga. Det gjorde att jag kände gemenskap men även stark vilja att hjälpa till på något vis.
- 2 Jag hade hört talas om att en grupp frivilliga inom Röda Korset höll på att ställa i ordning lägenheter till flyktingar från Ukraina. Jag tog kontakt med samordnaren på orten för att höra om jag kunde hjälpa till och ganska snabbt blev jag involverad i olika delar av Röda Korsets verksamhet. Jag har hjälpt till att städa och inreda lägenheter för flyktingar från Ukraina. Efter några års uppehåll har vi åter startat samarbete med församlingens matutdelning. Vi hämtar mat en gång i veckan från närbutiken och tanken är nu att vi även börjar hämta den överblivna maten från skolan. Är även aktiv i uppbyggnaden av ÅterBruket här i byn. ÅterBrukets mål är att skapa ett vardagsrum för föreningar med verksamhet som stöder utsatta i samhället.
- 3 Svår fråga, men jag skulle vilja att var och en skulle se möjligheten att bidra med något. Det behöver inte alltid vara så stort eller tidskrävande. Det lilla kan göra så stor skillnad!



**HENRY DUNANT**  
Röda Korsets grundare  
Punaisen Ristin perustaja

## Rödakorsveckan kommer igen

**D**en 8-14.5 firar vi frivilligverksamhet och hjälpvilja då rödakorsveckan förnyas. Årets tema är frivillighet och under veckan vill vi fira våra hjälpare, presentera lokal verksamhet och bjuda med nya frivilliga. Rödakorsveckan är en av de fyra huvudkampanjerna under året och infaller alltid kring den 8 maj som är Henry Dunants födelsedag. Henry Dunant är grundaren av hela den internationella rödakorsrörelsen. Mer info om lokala festligheter och veckans program kommer senare i vår.

## Punaisen Ristin viikko tulee taas

**T**oukokuussa 8.-14.5. juhlimme vapaaehtoistoimintaa ja auttamisen halua, kun yksi pääkampanjoistamme Punaisen Ristin viikko uudistuu. Viikkoa vietetään Punaisen Ristin perustajan Henry Dunantin syntymäpäivän 8.5. ympärillä. Lisätietoa on tulossa myöhemmin keväällä.





# ÅterBruket 1686 - tillsammans kan vi minska sårbarheten

Text Annalena Sjöblom | Bild Hanna Nikkanen

Vardagsrum, secondhand och ungdomsverkstad under samma tak när Röda Korset och Kimitoöns kommun bygger ÅterBruket i gammal verkstad i Dalsbruks industriområde.

Just nu arbetar Kimitoöns kommuns ungdomsverkstad, FRK Åbolands distrikt och FRK Dragsfjärds avdelning tillsammans för att skapa ett koncept vi döpt till ÅterBruket 1686 i Dalsbruk. Konceptet innehåller tre helheter:

- 1. Vardagsrum för alla.** Föreningar kan gratis samlas i utrymmet för att ha möten och program. Målet är att olika föreningar kan bistå med sin kunskap och erfarenhet till ungdomar i behov av tidigt stöd.
- 2. Kommunens ungdomsverkstad** verkar i utrymmet för att ungdomarna skall få arbetslivsrelaterad inlärningsmiljö samt utveckla sociala färdigheter. Målet är att förebygga
- 3. Secondhandshop** för att sysselsätta ungdomarna, skapa ett hållbarare samhälle samt få medel för att utveckla rödakorsverksamheten lokalt och regionalt.

arbetslöshet, studieavbrott samt marginalisering

Föreningarnas roll i samhället har blivit allt viktigare för att skapa gemenskap och stärka samhällets funktionsförmåga och motståndskraft. Gemenskapen och känslan av att man tillhör en grupp är livsviktig för alla för att må bra. Tillsammans är vi även starka att klara av störningar i samhället, vilket vi har bevis på i både pandemin och krisen i Ukraina.

ÅterBruket kommer att bli en knut-

punkt i Dalsbruk där vi kan stärka gemenskapen, samarbeta bättre och tillsammans arbeta för en socialt, ekonomiskt och ekologiskt bättre framtid.

Speciellt intressant kommer det generationsöverskridande samarbete att vara där människor i olika åldrar kan bidra med kunskap, erfarenheter och färdigheter som alla har nytta av.

Målet är att ÅterBruket skall öppna secondhandbutik och vardagsrummet för alla i medlet av maj, just nu arbetas det med att iordningställa utrymmet och bygga upp konceptet tillsammans.

Är erfarenheterna goda kan konceptet även kopieras för andra orter bara viljan finns!

