

HÄR OCH NU

FRK Ålands distrikt

Informationsblad 1/2024

Röda Korset 



Ingen vänverksamhet utan frivilliga

Ensamhet har blivit ett problem för allt fler finländare. I synnerhet känslan av isolering och utanförskap har ökat ytterligare. Ensamhet berör mest ungdomar, unga vuxna och äldre.

Ungdomar och unga vuxna känner ständigt att de blir uteslutna. De förödande effekterna av coronapandemin när det gäller ungas välbefinnande åtgärdas nu och troligen under en lång tid.

Vi får snart än en gång ta del av resultaten från den årliga ensamhetsbarometern. Hoppas att resultaten äntligen visar ens små glimtar av hopp.

Ensamheten är ett så stort samhällsligt problem att den inte minskar om den inte beaktas på alla nivåer i samhället. Det är viktigt att intensifiera samarbetet med den offentliga sektorn för att ensamheten ska kunna identifieras bättre än tidigare och för att hänvisa ensamstående till stöd.

För oss i Röda Korset är det viktigt att minska ensamheten, och detta har varit viktigt redan under årtionden. Vi kan inte erbjuda hjälp till ensamma utan avdelningarnas värdefulla verksamhet. Utan frivilliga skulle vi egentligen inte ha någon vänverksamhet alls.

Det behövs utbildade frivilliga i vänverksamheten som stöd för de ensamma, och det behövs hela tiden fler. Vändagskampanjen är den tid under året när vi kan få med nya människor i Röda

Korsets verksamhet. Vi ska ta emot dem med värme.

Det nya året har även fört med sig en ny verksamhetsstrategi och nya tyngdpunkter. I fortsättningen försöker vi nå fler invandrare och personer i arbetsför ålder än tidigare och erbjuda dem möjlighet att söka stöd och medverka i frivilligverksamheten. Var och en av oss har ett inbyggt behov av att höra till en gemenskap och bli sedd och hörd.

Vändagen är en gemensam sak för hela avdelningen. I avdelningarna lönar det sig att dra nytta av den riksomfattande kampanjens omfattande synlighet: nya som är intresserade av frivilligverksamhet är i farten efter kampanjen och de behövs i olika funktioner i avdelningarna.

Tack till alla avdelningar som varit flitiga i kampanjen även under detta år. Tillsammans åstadkommer vi resultat.



Maaret Alaranta

Koordinator för social välfärd

TYCK TILL på Facebook

Följ vår verksamhet via Facebook.
facebook.com/punainenristi

CHATTA på Twitter

twitter.com/punainenristi

BERÄTTA OM EVENEMANGEN

Lägg ut era evenemang på nätet.
rednet.rodakorset.fi

SE VIDEOR på Youtube

youtube.com/suomenpunainenristi

DELA VÅRA BILDER

Instagram

instagram.com/punainenristi/

TA KONTAKT

Personalens e-postadresser är i form av förnamn.efternamn@rodakorset.fi

MÄRKET SKYDDAR DIG – SKYDDA DU MÄRKET!

Det röda korset på vit botten är ett skyddstecken och en symbol för arméns sjukvård. Det skyddar civila, hjälparbetare och sårade soldater vid kriser. Märket ägs av de stater som har förbundit sig att följa krigets lagar eller Genèvekonventionerna, Finland är en av dem. Röda Korset har rätt att använda skyddstecknet för att markera sin verksamhet och övervaka användningen av märket. Läs mer humanitaarinenoikeus.fi

BLI BEKANT MED WEBBUTIKEN

När du loggar in på punainenristinkauppa.fi kan du behändigt beställa allt avdelningsmaterial under Osastomateriaalit. Saknar du inloggningsuppgifter? Ta kontakt med myynti@rodakorset.fi

RING OCH BIDRA

0600 12220 (20,28 €/samtal + Ina)

Rikssidornas redaktion: Finlands Röda Kors centralbyrå/kommunikationen, Fabriksgatan 1 a, 00140 Helsingfors, 020 701 2000 **Redaktör:** Sari Häkkinen, 040 664 3236, sari.hakkinen@rodakorset.fi

Bilder: Finlands Röda Kors bildarkiv. **Ombrytning:** Centralbyrå, **grafisk planerare** Meri Luoto, aineistot@rodakorset.fi.

Översättning: Grano

Distriktssidornas redaktion och ombrytning: Jessica Wickström, jessica.wickstrom@redcross.fi

Vändagskampanjen välkomnar nya frivilliga

Bild: Ville Salminen / Finlands Röda Kors



I år ordnas vändagskampanjen 5–19.2. Vändagen den 14 februari är kampanjens huvuddag, då vi syns i sociala medier, medier och evenemang runt om i landet.

Ensamhet är ett stort problem i Finland och har under de senaste månaderna framkommit i stor omfattning i den offentliga diskussionen. Vänverksamheten är en lösning som Röda Korset kan erbjuda mot ensamhet.

I kampanjen framhävs hur bra det känns att få en vän. Vi uppmuntrar nya människor att bli en frivillig vän i Röda Korset för en som är ensam.

Digitalt material till avdelningarna

Du hittar digitalt material i mappen Vändagen 2024 i Röda Korsets materialbank på webb-adressen **aineistopankki.punainenristi.fi**.

I materialbanken finns lämpliga bilder för nätet och sociala medier, utdelningsbilder och webbannonser med kampanjutseendet.

Dela materialet flitigt i sociala medier – vi syns och hörs tillsammans!

I sociala medier använder vi hashtaggen **#Vändagen**.

Bjud in medier till vändagsevenemangen

Synlighet i lokala medier främjar kännedomen om er Röda Korsavdelning på orten och påverkar hur hela kampanjen lyckas.

Var modiga och berätta på förhand om evenemangen till lokala medier och föreslå att de intervjuar frivilliga och vänpar som medverkar i vänverksamheten.

En meddelandemall ska läggas ut på RedNet, som avdelningarna kan använda. Det lönar sig att skicka ett meddelande till medierna cirka en vecka före vändagen.

Centralbyrån stöder än en gång avdelningarnas evenemang med högst 150 euro.

Ta emot nya frivilliga med glädje

Vi ser tillsammans till att vi får många nya frivilliga och att alla kan komma med i avdelningens verksamhet.

Efter vändagen är nya människor i farten som är intresserade av frivilligverksamhet. Vi ser till att hitta en plats åt alla i olika frivilliguppgifter inom avdelningen.

Ytterligare information:

Maaret Alaranta, koordinatör för social väl-färd, tfn 040 358 3257

Ada Bergroth, kommunikationssakkunnig, tfn 040 610 9447

Nettiturvis tillhandahåller riksomfattande avgiftsfri samtalshjälp för unga och deras närstående

Nettiturvis i Röda Korsets Ungas skyddshus erbjuder riksomfattande avgiftsfri samtalshjälp för 12–29-åriga unga och deras anhöriga. I Nettiturvis får man stöd till exempel i frågor i anknytning till vardagen, psykisk hälsa, mänskliga relationer eller att bli självständig.

Även föräldrar kan boka tid till exempel i frågor som gäller föräldraskapet. Mötena är en timme långa webbmöten och kan enligt behovet ordnas 1–10 gånger. I samtalen får unga hjälp av en utbildad kris- och familjearbetare.

Tid till Nettiturvis kan bokas själv via tidsboknings-systemet. Det finns tider även på kvällar och veckoslut. Tjänsten är tillgänglig på finska, svenska och engelska samt med hjälp av tolk.

Ytterligare information om Nettiturvis: rodakorset.fi/sok-stod-och-hjalp/de-ungas-skyddshus/stod-och-verksamhet-pa-natet

Visste du detta om de Ungas skyddshus?

Förutom Nettiturvis erbjuder de Ungas skyddshus samtalshjälp, tillfällig inkvartering, hjälp med att hitta sömnrutinen och stöd för självständighet i Helsingfors, Esbo i Västra Nyland, Vanda, Åbo i Egentliga Finland och i Birkaland i Tammerfors.

Läs mer om skyddshusverksamheten: rodakorset.fi/vart-arbete/de-ungas-skyddshus

Röda Korset utvecklar sin näthjälp

För allt fler är internetvärlden lika viktig som fysiska platser. Detta gäller främst ungdomar, men också vuxna i olika åldersgrupper. Även hjälp söks alltmer på nätet.

I Finland vill 44 procent av befolkningen göra frivilligarbete delvis eller helt på nätet. Människor i alla åldrar är intresserade av frivilligarbete på distans. Det ger möjlighet att delta, speciellt i situationer där fysiskt deltagande är besvärligt, till exempel på grund av hälsobegränsningar, livssituation eller avstånd. Som frivillig på nätet kan man redan verka till exempel i nätvänsverksamheten, Sekasin-chatten, läxhjälp på distans eller i Digiraati.

Röda Korset utvecklar för närvarande sin näthjälp för att förbättra tillgängligheten och erbjuda möjligheter för allt fler frivilliga.

Under åren 2023–2025 är målet att utveckla nationellt koordinerade modeller för näthjälp och frivillighet samt digitala lösningar för att genomföra näthjälpen. Näthjälp och frivilliguppdrag på nätet kommer att piloteras för nya målgrupper och verksamhetssektorer, såsom i migrationsarbete, främjande av hälsan och i psykisk första hjälpen.

Läs mer: rednet.rodakorset.fi/nathjalp

Ytterligare information: **Varpu Salmenrinne**, näthjälpskoordinator, tfn 040 352 0772



Bild: Joonas Brandt / Finlands Röda Kors

I mars väcker vi intresset för att ingripa i rasism

Veckan mot rasism ordnas igen 18–24.3.2024. Årets tema är att ingripa i rasism. Kampanjen är hela organisationens gemensamma sätt att nå människor och påverka för att minska rasismen i samhället.

I Röda Korset står vi för humanitet och därför arbetar vi mot rasism. Alla behövs i arbetet mot rasism och vi utmanar alla att dela information om att ingripa i rasism och att själv ingripa när man stöter på rasism.

För den som upplever rasism framstår världen annorlunda än för den som inte hör till en minoritet. Hur skulle det kännas om ingen någonsin satt bredvid dig i en fullsatt buss? Om du skulle bli tvungen att lyssna på ropande redan när du väntar på bussen?

Rasism är inte enbart ropande på gatan eller hotfullt skrivande på nätet. Det kan framkomma som en rasistisk vits vid kaffebordet på arbetsplatsen eller vem som överhuvudtaget får sitta vid kaffebordet. Enligt undersökningar kallas sökanden med ett namn som låter utländskt mer sällan till intervju än personer med ett finländskt namn.

Under den kommande våren erbjuder vi information och verktyg för att ingripa i rasism.

Var även du en förespråkare för humanitet och delta i kampanjen för jämlikhet.

Delta i kampanjen för motarbetande av rasism

Under kampanjveckan ordnar distrikten och avdelningarna evenemang, delar kampanjens kärnbudskap och framhäver kampanjen i sociala medier. Hitta tips på RedNet för avdelningarna för att delta i kampanjen:

rednet.rodakorset.fi/veckanmotrasism.

På Röda Korsets webbplats och i sociala medier erbjuds metoder för att ingripa i rasism. Vi fortsätter också samarbetet med skolor genom att ordna en morgonsamling på distans. Distrikten synliggör arbetet mot diskriminering lokalt genom att belöna en lokal Fördomsfri föregångare som genom sin verksamhet har främjat jämlikhet.

Din avdelning får färdiga inlägg för sociala medier och mallar för inläggen som stöd för kampanjen. Avdelningarna får tillgång till materialet för sociala medier under januari.

Tillgängligt utdelningsmaterial är till exempel klistermärken, bordsställningar och affischer. Materialen kan beställas i Röda Korsets webbutik i början av året.



Den förnyade Rödakorsveckan fokuserar på frivillighet



Bild: Joonas Brandt / Finlands Röda Kors

Rödakorsveckan 6-12.5 återkommer på traditionellt vis i vår. Under de frivilligas egen vecka fokuserar vi på att fira de frivilliga hjälparna och bjuda in nya till verksamheten.

Kampanjkonceptet för Rödakorsveckan, som nu finslipas, handlar om att tacka frivilliga och fira frivilligheten. Konceptet grundar sig på önskemål och synpunkter som samlades av distrikten och avdelningarna under 2023 som grund för en ny kampanj.

Samma kampanjkoncept används under de tre följande åren, dvs. till 2026. I år firas Rödakorsveckan den 6–12 maj.

Vad utlovas?

Målen för Rödakorsveckan är i fortsättningen i första hand interna för organisationen, och de frivilliga kan fira veckan till exempel genom en rekreationsdag på önskat sätt. Avdelningen kan även bjuda in nya genom att till exempel organisera en plats för att presentera verksamheten, sätta upp Nallesjukhus eller ordna Hjälparkursen eller Hjälparkursen för barnfamiljer. Även distriktet kan ordna ett evenemang för de frivilliga.

– Syftet är att veckan ska vara inspirerande för de frivilliga och lätt att ordna. Vi vill tacka

de befintliga frivilliga, undanröja hinder för nya att medverka och stärka synligheten för Röda Korsets principer, berättar **Maija Erpestad**, koordinator för organisationsutveckling.

Centralbyrån erbjuder de frivilliga kommunikations- och presentationsmaterial som förutom att det kan användas under Rödakorsveckan även kan användas i fortsättningen. På kommande är mallar för sociala medier och mässmaterial som kan beställas i webbutiken.

På måndagen den 6.5.2024 klockan 17–18 ordnas ett riksomfattande webb-inarium för de frivilliga som antingen kan ses i direktsändning eller titta på inspelningen. I samband med sändningen kan man till exempel ordna avdelningens eget samkväm med servering.

Var och när får man veta mer?

Närmare information om veckans material, webinarium och deltagartips meddelas under våren i RedNet, i nyhetsbrev samt i Här och nu som utkommer i mars–april.

Ytterligare information fås även av **Maija Erpestad**, koordinator för organisationsutveckling vid centralbyrån, tfn 040 626 5370.



Stora utbildningsdagen på webben den 10 februari 2024

Den stora utbildningsdagen ordnas på webben lördagen den 10 februari 2024. Den är öppen för alla Röda Korsets frivilliga, dem som är intresserade av verksamheten samt partnerorganisationernas representanter.

Utbildningarna ordnas på finska, svenska och engelska. I programmet beaktar vi såväl nya som redan mer erfarna frivilliga. Förutom grundläggande utbildning utlovas alltså även kompletterande utbildningar för dem som redan varit med en längre tid! Innehållet preciseras i januari. Programmet och anmälningsanvisningarna uppdateras i Oma Röda Korsets evenemang:

oma.rodakorset.fi/event/25164

Den stora utbildningsdagen marknadsförs även i Finlands Röda Kors nationella sociala mediekkanaler. Den lockar också med många nya frivilliga. Under utbildningsdagen lyfter man fram avdelningarnas kommande evenemang och aktiviteter från Oma Röda Korset runtom i Finland.

Inom avdelningen bör man säkerställa att kommande evenemang och lediga frivilliguppgifter publiceras i Oma i god tid innan utbildningsdagen i oktober. Tack för att ni marknadsför den nationella webbutbildningsdagen för såväl nya som äldre aktörer samt även för dem som vill bli frivilliga lokalt!

Upphandlingen av en ny webbinlärningsplattform påbörjas

Utbildning på nätet och en fungerande webb-inlärningsplattform är centrala verktyg för att utbilda och inskola stora mängder nya frivilliga och anställda till exempel i omfattande hjälpsituationer.

Upphandlingen och konkurrensutsättningen av en ny webbinlärningsplattform har påbörjats i organisationen. Vi har använt plattformen Itslearning av Studiecentralen Sivis. Sivis ska emellertid avstå från Itslearning. Man har även fått viss negativ feedback om plattformens användbarhet och den motsvarar inte till alla delar våra nuvarande webbutbildningsbehov.

Målet är att under 2024 ta i bruk en ny lärmiljö

som är mer lättanvänd, lockande och lättare att administrera. Vi vill försäkra oss om att den nya lärmiljön på bästa sätt motsvarar utbildningsbehoven för både frivilliga, anställda och biståndsarbetarreserven.

Du kan följa hur upphandlingen framskrider i RedNet på frivilligutbildarnas webbsida:

rednet.punainenristi.fi/
Vapaaehtoiskouluttajat

Ytterligare information:

Vivi Vaissi, planerare för digitala utbildningssystem och nätpedagogik, tfn 040 661 4249

Stöd och verktyg för att sköta avdelningens ekonomiförvaltning

Centralbyråns team för avdelningsbokföring erbjuder avdelningarna förmånligt stöd för ekonomiförvaltning.

Avdelningen har möjlighet att köpa ekonomiförvaltningstjänster av teamet för avdelningsbokföring som är verksamt på centralbyråns ekonomienhet, enligt vilket stöd avdelningen behöver. Yrkesutbildade inom bokföring kan till exempel göra avdelningens månadsbokföring, upprätta årsbokslut och hjälpa till med upprättandet av budgeten. Vid behov kan teamet även sköta betalningsrörelsen. Bokföringskundernas bokslutsuppgifter, som rapporteras årligen, skickas direkt till avdelningarna.

Om avdelningen fungerar som arbetsgivare kan teamet också enligt behov sköta löneförvaltningen, ansökningar om utbetalning av lönesubventioner och myndighetsanmälningar med suomi.fi-ärendefullmakter som beviljas av avdelningen.

Ekonomienheten erbjuder även avdelningarna möjligheten att övergå till papperslös bokföring i ekonomiförvaltningens Procountor-system. Centralbyrån stöder avdelningarna med en betydande del av programkostnaderna, och

inskolning samt fortsatt användarstöd är helt avgiftsfritt för avdelningarna.

I teamet för avdelningsbokföring på ekonomienheten arbetar fyra anställda. Teamet betjänar avdelningarna i alla distriktsområden även på svenska, och man kan inleda en kundrelation när som helst under räkenskapsperioden.

För närvarande är närmare 100 avdelningar kunder. Enligt ordföranden för avdelningen i Kuusankoski **Harri Ihalainen** gick ibrukta-gandet av programmet på avdelningen behändigt.

- Vi har varit väldigt nöjda med både programmets egenskaper och den service vi får av ekonomienhetens personal, när vi behöver hjälp. Dessutom är kostnaderna för användningen av programmet ganska konkurrenskraftiga. Vi kan verkligen rekommendera programmet i fråga för användning inom avdelningarna, säger Harri.

Centralbyråns ekonomienhet berättar gärna mera. Ta kontakt: **sprosastokirjanpito@redcross.fi** eller tfn 040 642 1925.



Bild: Joonas Brandt / Finlands Röda Kors

Avdelningens årskalender 2024

I kalendern har sammanställts viktiga datum, kampanjer och de viktigaste riksomfattande utbildningarna. Närmare information och anmälning till evenemangen publiceras i Oma Röda Korset och kalendern kompletteras under året.

I Oma hittar du också fler webinarier och evenemang. I Oma kan du söka evenemang och utbildningar till exempel enligt arrangör, ort och verksamhetsform. Utbildningar ordnade av centralbyrån kan sökas genom att välja "Suomen Punainen Risti/Finlands Röda Kors" som arrangör.

Uppdatera din kalender och kom med!

1

JANUARI

Evenemang

Avdelningsstyrelsens konstituerande möte

- 2 Möte för vänförmedlare
- 3 Inlämningsdatum för verksamhetsstatistiken
- 3 Sista ansökningsdag för Stiftelsen Folke Bernadottes minnesfond-stipendier 2024
- 3 Sista ansökningsdag för förtjänsttecken

Utbildningar

Utbildarutbildningens webbaserade del öppnas (på finska)

4.1 Vänskurs, distans (på finska)

20–21.1 Riksomfattande utbildardagar, Seinäjoki (på finska)

23.1 Vänskurs, distans (på finska)

24.3.2 Jouradministrationsutbildning, distans och Seinäjoki

2

FEBRUARI

Kampanjer

5–18.2 Vändagskampanjen

Utbildningar

- 6 Webinarium om att ta upp svåra saker, motivera till förändring och tryggt bemötande (på finska)
- 6 En välfungerande styrelse – en välfungerande avdelning, distansutbildning
- 1 Stora utbildningsdagen på nätet på finska, svenska och engelska
- 1 Resursutbildarutbildning, Helsingfors (på finska)
- 1 Vänskurs, distans (på finska)
- 1 Vänskurs, distans
- 2 Riksomfattande webinarium om mathjälp
- 2 Vänskurs, distans (på finska)

3

MARS

Evenemang

Avdelningarnas vårmöten senast i mars

Kampanjer

18–24.3 Kampanjen veckan mot rasism

Utbildningar

2–3.3 Beredskapsutbildarutbildningens innehållsdel, Nynäs (på finska)

6.3 ~~16.3~~ Utbildarutbildningens verktygsdel: att handleda lärande (på finska)

18.3 Vänskurs, distans (på finska)

23.3 Riksomfattande utbildning för avdelningarnas kontaktpersoner och nyckelfrivilliga för mathjälp

23–24.3 Utbildning för ledare inom Frivilliga räddningstjänsten (på finska)

27.3 Vänskurs, distans

4

APRIL

Evenemang

Distriktets årsmöte senast i april **5–6.4**
 Sammankomst för deltagarna
 i ledarskapsträningen 2021–2022 (på finska)

Utbildningar

- 9.4** Vänkurs, distans (på finska)
9.4 Innehållsdel i utbildarutbildning för mathjälp,
 distans
13–14.4 Utbildarutbildningens
 innehållsdelar (på finska)
25.4 Vänkurs, distans
29.4 Vänkurs, distans (på finska)

5

MAJ

Kampanjer

6–12.5 Rödakorsveckan

Utbildningar

- 1 Jourverksamhetens fortbildningsdag, distans + regionala verkstäder
- 2 Vänkurs, distans (på finska)



SOMMARPAUS

8

AUGUSTI

Evenemang

Välkommen till Röda Korset! (avdelningens presentation för dem som är intresserade av verksamheten, kvällar för nya, bli Bekant med Röda Korset-utbildningar i avdelningarna)

Skolorna börjar – informationstimme till avdelningarna om skolsamarbete (datum fastställs senare) (på finska)

17–18.8 Beredskapens övningsveckoslut för inrikesbistånd, beredskap och kontaktpersoner för första omsorgen

Utbildningar

Hungerdagsutbildningar (datum fastställs senare)

9

SEPTEMBER

Evenemang

- 1 Sista ansökningsdag för förtjänsttecken och förtjänstmedaljer

Kampanjer

26–29.9 Bössinsamling för Hungerdagen

Utbildningar

- Utbildarutbildningens webbaserade del öppnas (på finska)
20–21.9 Ledarskapsträning del 1, Nynäs eller Kalkku (på finska)
30.9–6.10 Gruppledarkurs (på finska)

10

OKTOBER

Evenemang

- 1 Bostadslösas natt

Utbildningar

- 5.10** utbildningsdagen på nätet på finska, svenska och engelska
5.–6.10. Dagar för hälsofrämjande
12–13.10 Fortbildning för beredskapsutbildare (på finska)
25–26.10 Ledarskapsträning del 2, distans (på finska)
26.10 Utbildningens verktygsdel: att handleda lärande (på finska)

11

NOVEMBER

Evenemang

Avdelningens höstmöte och val av förtroendepersoner för nästa år senast i november

Utbildningar

- 23–24.11** Utbildarutbildningens innehållsdelar (på finska)
29–30.11 Ledarskapsträning del 3, Nynäs (på finska)

12

DECEMBER

Kampanjer

21.11–24.12 Kampanjen Jul i Sinnet

Ny på jobbet



Vi välkomnar Linda Nummelin-Gammals till vårt distrikt!

Linda kommer att arbeta som samordnare för förstahjälpen och hälsovård.



Samtidigt berättar vi att Martina Andersson som tidigare arbetade som samordnare för förstahjälpen och hälsovård nu arbetar som samordnare för beredskap.

Vi önskar dem båda lycka till i sina nya positioner!

Ålands distrikt Kontaktuppgifter

Tomas Urval
Verksamhetsledare
tomas.urvas@redcross.fi
040 516 35 37

Martina Anderson
Samordnare för beredskap
martina.andersson@redcross.fi
0401648913

Samordnare för första hjälpen och hälsovård
Linda Nummelin-Gammals
linda.nummelin-gammals@redcross.fi
040 675 84 55

Linda Johansson
Samordnare för social och mångkulturell verksamhet
linda.johansson@redcross.fi
040 826 7005

Jessica Wickström
Organisationssekreterare (deltid)
jessica.wickstrom@redcross.fi
040 674 10 40



Røda Korsgården



Aktivitetshus för pensionärer

Røda Korsgårdens kanslitider och kontaktuppgifter:

- Öppet: Måndag - torsdag, kl. 10.00-15.00; fredag: 10.00-12.00
- Adress: Västra Esplanadgatan 5, AX-22100 Mariehamn, Åland
 - E-post: rodakorsgarden@aland.net
 - Mobil: (+358) 0457-345 1082 / Telefon: (+358) 018-14534
- Följ oss på Facebook: Røda Korset Mariehamns avdelning