

APPELL

Nr. 3/2024

Palestina – Intervju med Kelly Flynn

Side 4

Sommercamp 2024

Side 8

Sprek 90-åring er leksehjelper

Side 10

Utgitt av: Norsk Folkehjelp • www.folkehjelp.no



Tema:

Lokale klima- og miljøaktiviteter

Side 20-32



APPELL

Tidligere Melding, Helse, Helse Miljø
Trivsel, Norsk Folkehjelp og Magasinet
Norsk Folkehjelp

Utgiver: Norsk Folkehjelp
Nr. 3, 2024. Årgang 84

Postadresse:
Postboks 8844 Youngstorget
0028 OSLO

Besøksadresse:
Norsk Folkehjelp
Stortorvet 10, Oslo

Telefon: 22 03 77 00

Internett: www.folkehjelp.no

Redaktør: Torunn Aaslund
E-post: taa@npaid.org

Medarbeidere dette nummer:
Sissel Fantoft, Ellen Johanne Jarli,
Kjetil S. Grønnestad, Alf Bergin,
Marius Sørhus, Kirsti Knudsen,
Morten Ødegaard, Stian Amadeus
Antonsen og Ludvig Gundersen.

Grafisk utforming: LO Media
Trykk: Ålgård Offset AS, Ålgård
Opplag: 31 500

ISSN 0804-7758

Annonsekontakt:
Arild Halsne, tlf.: 915 90 578
E-post: arild@hrme.no

Redaksjon avsluttet: 16. september

Signerte artikler gir ikke nødvendigvis
uttrykk for Norsk Folkehjelps syn.

Ønsker du å bli medlem? Kontakt oss
på telefon 22 03 77 00, eller besøk
oss på www.folkehjelp.no



Norsk Folkehjelp



F Fagpressen
Opplagskontrollert



LEDER

Med klima og miljø på agendaen

Ved å velge klima og miljø som satsingsområde på fjorårets landsmøte, satte Norsk Folkehjelp tematikken høyt oppe på dagsordenen. Vi har undersøkt hvordan det står til med engasjementet rundt omkring i våre lokallag, og har funnet mange gode eksempler på at klima- og miljørettede aktiviteter er i vekst.

Klima- og miljøaktiviteter skaper en fin arena der lag som driver med førstehjelp og redning og samfunnspolitiske lag kan finne sammen i felles aktiviteter. Det er også en god innfallsport for økt kunnskap på mange områder, som på Hitra og Frøya, der de er opptatt av hvordan overforbruk skaper store forsøplingsproblemer, eller i Bodø, der de lærer om økologisk dyrking av mat.

Aktivitetene gir også lokale innbyggere og tilflyttere gode muligheter til å snakke sammen om dagligdagse temaer som styrker språkopplæringen. I Vietnam gir nytenkning arbeid til lokale vevere som lager sandsekker av Cỏ Bàng-gress, som erstatning for plastsekkene.

I Appell skal vi fortsette å sette søkelyset på klima- og miljørettede spørsmål. Norsk Folkehjelp skal – blant annet for å møte klimakrisen – bli en beredskapsorganisasjon, og internasjonalt har vi flere kommende nyskapende prosjekter som gjør Norsk Folkehjelp til en framoverlent organisasjon når det gjelder klima- og miljøtiltak for å bidra til klimatilpasning.

Til slutt: Vi kan ikke slutte å snakke om Gaza før den barbariske krigen mot en forsvarsløs sivilbefolkning tar slutt. I ett år har israelske bomber, droner, snikskyttere og bakkestyrker terrorisert og traumatisert befolkningen. Likevel sier palestinerne at de må holde seg i live fordi de skal være med på å bygge opp Gaza på nytt, når krigen en gang tar slutt. Det er en styrke og motstandskraft som det nesten er umulig å forstå, men som får næring av vår solidaritet, vårt engasjement, våre protester og våre krav om et fritt Palestina.



Torunn Aaslund
Torunn Aaslund
Redaktør

INNHOOLD

FØLG NORSK FOLKEHJELP



TEMA: Mange lag engasjerer seg i klima- og miljøarbeid i sine lokalsamfunn.

FOTO: LUDVIG GUNDERSEN



AKTUELT

- 04** Palestina: Dype traumer. Intervju med Kelly Flynn
- 06** Sanitetsungdoms sommercamp: Forberedelse til framtidig beredskapsarbeid
- 10** Leksehjelp: Voksen dame i farta
- 14** Uvær utfordret beredskapen på Norway Cup
- 18** Stå opp mot rasisme

TEMA: LOKALE KLIMA- OG MILJØAKTIVITETER

- 20** Hitra og Frøya: Kampen mot plasten
- 22** Miljøvern og minerydding i Vietnam
- 26** Grønn aktivitet i lokallagene
- 30** Ungdommen tar styring: Krever beskyttelse for klimaflyktninger

FASTE ANNONSER

- 33** Støtteannonser
- 34** Støtteannonser fra lokale klubber og foreninger
- 35** Hovedsamarbeidspartnere og regionskontorer

FORSIDEBILDE: Logman Adam og Adamahmed Yahya, rydder søppel som driver i land i fjæresteinene på Frøya sammen med andre frivillige i Norsk Folkehjelp Hitra og Frøya.

Foto: Ludvig Gundersen



Dype traumer

Når årsdagen for den pågående konflikten i Gaza nærmer seg, er situasjonen verre enn noen gang. Også på Vestbredden øker volden mot palestinerne. – Det som skjer i Palestina nå setter vår menneskelighet på prøve, sier Norsk Folkehjelps stedlige representant, Kelly Flynn.

SISSEL FANTOFT [tekst og foto]

Seks av Norsk Folkehjelps ansatte befinner seg i Gaza, og flere har flyttet mellom 15 og 20 ganger i løpet av de siste månedene, som følge av stadige evakueringsordrer fra The Israel Defence Forces (IDF), forteller Flynn.

– De er fullstendig utslitt. Det mest bekymringsfulle er hvor dypt traumatiserte de og familiene deres er. De har opplevd mange konflikter tidligere, men de forteller at ingenting kan sammenlignes med den situasjonen de står i nå. De er ikke de samme menneskene som de var før 7. oktober 2023, sier hun.

Flynn har daglig kontakt med sine teammedlemmer i Gaza hvis det lar seg gjøre.

– Jeg forsøker å kontakte dem morgen og kveld, og det de forteller gjør enormt inntrykk. Innimellom sender de meg lydklipp mens bombingene pågår, forteller hun.

Intensiteten i bombingene og gatekampene mellom IDF og ulike bevæpnede palestinske grupper, inkludert Hamas, gjør situasjonen mer og mer usikker fra dag til dag.

– Det er umulig å forestille seg livet i Gaza når jeg hører om hvordan de etter teppebombing hjelper til med å samle sammen menneskelige levninger fra sammenraste bygninger, sier hun.

Før Kelly Flynn begynte i stillingen, fikk hun ofte høre at palestinerne i Gaza er spesielle.

– Nå forstår jeg hva de mente. Våre kolleger sier at de er nødt til å holde seg i live for å være med og bygge opp Gaza etter konflikten. Det er et sterkt budskap, sier hun.

STERKEBÅND. Evakueringsordrene kommer stadig hyppigere, men ingen steder i Gaza er trygge, og palestinerne har ingen steder å dra.

– IDF beordrer evakuering som et middel



OSLOBESØK: Kelly Flynn tar med seg budskap om solidaritet fra Norge tilbake til Norsk Folkehjelps ansatte og partnere i Gaza og på Vestbredden.

for å tvangsflytte palestinere før de utfører militære operasjoner. Det snakkes om egne humanitære soner, men de finnes ikke. Derfor rapporterer våre ansatte at de har sluttet å forflytte seg og velger å bli der de er for å opprettholde en viss verdighet. Jeg kan ikke annet enn å respektere deres ønsker mens jeg venter på oppdateringer om at de er trygge, forteller Flynn.

29. august holdt FNs sikkerhetsråd et ekstraordinært møte i New York, etter at et kjøretøy fra FNs matvareprogram (WFP) ble beskutt på vei mot et israelsk sjekkpunkt i Gaza. Som følge ble all nødhjelp til Gaza midlertidig stanset. Også den økende bosettervolden på Vestbredden var tema.

– Nå er det nesten umulig å få humanitær hjelp og forsyninger inn til Gaza. Stengte grenser på grunn av militære operasjoner, og

grupper av israelere som blokkerer konvoier med forsyninger, gjør at hjelpen er svært uforutsigbar. I tillegg er det svært vanskelig å frakte forsyninger fra nord til sør på Gazastripen, sier hun.

FANGET I ET MARERITT. Norsk Folkehjelp samarbeider med flere partnerorganisasjoner i Palestina, og flere av dem har også medarbeidere i Gaza.

– De er fanget i det samme marerittet som våre ansatte, likevel finnes det et fellesskap på tvers av partnerne og Norsk Folkehjelp som er helt unikt. De har sterke bånd, og forenes i egne erfaringer og lidelse. En av våre ansatte sa nylig at selv om han ikke har noe materielt å bidra med, kan han fortsatt si hei og gi en klem til en kollega eller partner. Det at de klarer å vise en slik medmenneskelighet overfor hverandre, er sterkt, sier hun.

Flere kolleger forteller at de har levd uten strøm og en varm dusj i ti måneder.

– Nå nærmer konfliktens andre vinter seg. Denne konflikten handler ikke bare om Gaza og Palestina, den speiler vår egen menneskelighet, våre legale systemer, institusjoner og diplomati, sier Flynn.

NYE MULIGHETER. Kelly Flynn har base i Norsk Folkehjelps midlertidige kontor i Amman i Jordan, og leder i tillegg kontoret i Ramallah på Vestbredden.

– Det er et viktig knutepunkt for oss, fordi mange av våre partnere også holder til der. Framover skal vi ivareta vår omsorgsplikt overfor våre ansatte og partnere både i Gaza og på Vestbredden, samtidig som vi legger en strategi for vårt arbeid på lengre sikt. Det gjelder både for økt humanitær respons, støtte til sivilsamfunnet og minerydding. Vi er i ferd med å utvide staben på kontoret i Ramallah, og opprettholder vårt nettverk av



MOTSTANDSKRAFT: Norsk Folkehjelps landdirektør i Palestina, Kelly Flynn, forteller at hun ser spesielle palestinere er når forteller henne at de er nødt til å holde seg i live for å være med og bygge opp Gaza etter konflikten. FOTO: THERESE NORDHUS LIEN

partnere. Flere nye organisasjoner har også tatt kontakt med oss og ønsker et samarbeid. Ut av kaos oppstår nye muligheter, fastslår hun.

Ett år etter at Kelly Flynn begynte i stillingen, er hun på besøk i Oslo.

– Min viktigste oppgave er å formidle budskapene fra palestinere både i Gaza og på Vestbredden til kollegene på hovedkontoret, strategiske partnere og donorer, stortingsrepresentanter og andre som har uttrykt solidaritet med det palestinske folket. Samtidig vil jeg takke for støtten vi får fra kollegene på hovedkontoret, sier hun.

VARSLER KATASTROFE PÅ VESTBREDDEN.

Ifølge palestinske helsemyndigheter har antall drepte palestinere i Gaza passert 40 000 siden 7. oktober i fjor. Norsk Folkehjelp har parallelt med innsatsen for palestinere i Gaza fulgt nøye med på utviklingen på Vestbredden der volden har økt markant, særlig etter at Israel Security Force (IDF) startet en storskala militæroperasjon der i august.

– Vi overvåker kontinuerlig det politiske klimaet i Israel, og basert på uttalelser fra

nøkkelministre i regjeringen er det som skjer på Vestbredden nå en varslet katastrofe. Det finnes en plan for å utvide bosetterterritoriene og sikre kontroll over naturressurser. Økt aggresjon fra bosetternes side fører til akutt spenning mellom dem og de palestinske samfunnene, forklarer Flynn.

Hun ser med bekymring på den konstante trusselen om vold palestinere på Vestbredden står overfor.

– Situasjonen er alarmerende. Den israelske operasjonen er koordinert over flere områder, og samtidig intensivert og målrettet. Asymmetrien mellom trente styrker fra IDF med ressurser og spesialenheter kontra små palestinske jordbruksamfunn og flyktningleirer er åpenbar, sier hun.

GLOBALT SKIFTE. Kelly Flynn tror at lite vil skje i Palestina før etter valget i USA 5. november.

– Jeg tror dessverre ikke på noen bedring i situasjonen verken i Gaza eller på Vestbredden før valgresultatet er klart og veien videre for amerikansk utenrikspolitikk legges. Mange land følger USAs føringer, derfor har det en

betydning hvilken president som blir valgt og hvilken politikk som føres videre, sier hun.

Hun tilbrakte seks uker på Vestbredden i sommer, og valget i USA var tema i de fleste samtaler hun hadde med palestinere.

– Selv om de ikke har en egen stat hvor de har stemmerett, følger de nøye med. De er også i kontakt med palestinere og arabiske miljøer i resten av verden, inkludert USA, sier hun.

I tillegg til å følge med på utviklingen i vestlig politikk, ser Flynn med interesse på utviklingen i BRICs-gruppen. BRICS er et samarbeidsforum for Brasil, Russland, India Kina og Sør-Afrika som har fått flere arabiske land som nye medlemmer i 2024.

– Det er i ferd med å skje et globalt skifte, og BRICS representerer utviklingen av det særlige diplomati, poengterer hun.

For Kelly Flynn er jobben i Norsk Folkehjelp den mest meningsfulle hun kunne hatt mens Palestina brenner.

– Det er et privilegium å jobbe i en organisasjon som er basert på solidaritet, som har politiske meninger og en sterk partnerskapstilnærming, sier hun.

Forberedelse til framtid

Sommercamp 2024 samlet sanitetsungdom fra hele Sør-Norge på leirstedet Tonstadli i Sirdal. Høydepunktet var ekskursjonen til Preikestolen.

KJETIL S. GRØNNESTAD (tekst)
ALF BERGIN (foto)

23 ungdommer mellom 12 og 17 år, fra Trondheim i nord til Arendal i sør, møttes på årets sommercamp. Mange var med for første gang.

– Vi forbereder dem til å kunne bidra i søk- og redningsoppdrag når de fyller 18 år, sier Espen Brekke, som var ansvarlig for campen.

NO BITCHES. Brekke har vært medlem av Norsk Folkehjelp siden 1985. I løpet av disse 39 åra har han sett ungdomskullene endre seg. Dagens ungdom er mer vant til at alt er lagt til rette for dem, dermed må lederne lede noe mer enn de trengte før. Samtidig er dagens ungdom snillere og mer omtenk-somme, mener han.

– Dette er en fin gjeng. Vi ser ikke noe til sosiale klikker, utestenging eller bitching som vi hører mye om fra ungdomsmiljøene.

Et eksempel er 14-årige Maytham Firas fra Fana i Bergen, som passet på at alle rundt ham hadde det bra: – Fryser du? Du kan låne genseren min hvis du vil, sa han til fotografen på veien opp til Preikestolen.

FÅRANSVAR. Sanitetsungdommene skal lære å mestre mange oppgaver. I tillegg til søk og redning, inkludert førstehjelp, må de også lære å klare seg selv under varierende forhold.

– Søk og redning foregår ikke alltid i sol og vindstille. Det er viktig å lære om hypotermi for å sikre pasienten som ligger fastspent på ei bære, men også for å ta vare på seg selv som redningsmannskap, sier Brekke.

Ungdommene fikk kjenne dette på kroppen under turen opp til Preikestolen. Mange hadde kledd seg godt – for godt, viste det seg. De



BRATT: Espen Brekke leder an oppover den bratte stien. Turistene venter på fritt leide nedover.

ble svette under oppstigningen, og begynte å fryse når de stod i ro. At det er bedre å ikke kle på seg for mye når man er i aktivitet, men heller ha med en ekstra genser, var ett av mange temaer Brekke tok opp i pausene under den to timer lange turen opp til platået.

– Vi lærer ungdommene å bli selvstendige. Vi gir dem oppgaver. Det er lov å feile, men de lærer og blir bedre for hver gang. Så våger de å gjøre litt mer. Vår viktigste oppgave er å la dem bli trygge på seg selv, slår Brekke fast.

RIK OPPLEVELSESMENY. Sommercampen byr på ei uke med mange aktiviteter. For noen

er det repetisjon, for andre noe helt nytt. Uka startet med overnatting oppe på fjellet utenfor Tonstadli.

– Overnattingsturen, der vi satte opp lavvo, spilte kort, hørte musikk, snakket sammen og ble kjent med hverandre, var det kjekkeste for meg, sier 14-årige Karen Høllleslie-Møll fra Forsand.

Deltakerne fikk også prøve seg på klatring i tau inne i en gymsal, og på å rappellere ned en fjellside.

– Det var gøy å rappellere; det var ikke så vanskelig, sier 13 år gamle Frida Josefine K. Holmøy fra Trondheim.

ig beredskapsarbeid



SHERPATRAPPER: Det ble tid til en rast i steinura med «sherpatrapper».



PLAN B: Planen var egentlig at et redningshelikopter av typen AW1010 skulle møte ungdommene på Preikestolen. Det gikk ikke, men heldigvis fikk de besøk av helikopteret et par dager senere. FOTO: ESPEN BREKKE

Siden grå skyer lenge hadde ligget tungt over leiren, ble timeplanen straks endret den ene dagen sola tittet fram. Glimtet av finvær ble benyttet til bading.

LÆRERÅLEDE. Søk- og redningsoperasjoner er lagarbeid som noen må lede. 12 år gamle Alexandra Tunglund fra Eydehavn ved Arendal har lenge hatt lyst til å være med i Sanitetsungdommen. Hun vil lære å redde liv. Allerede etter et par dager på leiren, har hun lært mye nytt – inkludert det å være lagleder.

– Jeg liker godt å gi kommandoer, sier hun og smiler bredt.

Synne Nordby Hvenekilde [17] fra Oslo har vært med flere ganger før, så for henne dreier opplæringen seg mye om repetisjon.

– Det er alltid noe du har glemt, som du lærer på nytt. Selv kan jeg også lære bort noe

til de andre. Det nyttige med Sommercampen er at vi lærer å jobbe sammen med ulike folk. For det er ikke nødvendigvis slik at du er sammen med en fast makker på søk- og redningsoppdrag, sier hun. ►



TÅKE: Preikestolen er flott, også i tåke.



UTSIKT: – Siden jeg bor her, og min familie eier noe av området, kunne jeg fortelle om hvordan utsikten egentlig er, sier Karen Hølllesli-Møll.

DET FINNES VISSTNOK IKKE DÅRLIG VÆR. På mandagen, som var satt av til spektakulære Preikestolen, var Espen Brekke lite fornøyd med værgudene.

– Jeg er ingen Monsen. Jeg liker at det er sol. Det er mye bedre og triveligere når vi kan gå i shorts, sier han.

Det skyldes ikke bare bekvemmelighet. Han har erfart at det er lettere å undervise

ungdommer som er varme, enn ungdommer som er våte og kalde. Da følger de ikke like godt med.

Men Brekke trengte ikke å bekymre seg. Det var svært lite sukk og jammer å høre på turen, til tross for overraskende regnskurer, tåkedottene som svedde trolsk mellom steinknauser og forvridde trær, eller at den spektakulære panoramautsikten over Lysefjorden



TIL TOPPS: En fornøyd gjeng nådde Preikestolen. Dessv

og Frafjordheiene var skjult i skoddeheimen.

– Jeg beskrev utsikten for de andre. Det var litt stas, siden familien min eier litt av området her. Det var også kjekt å ligge på magen og se ned fra Preikestolen, sier Karen Hølllesli-Møll.

Turen opp foregår i samlet flokk. Oransje vester gjør det enkelt for de seks lederne å ha oversikt med gruppa, som tar en pust i bakken ved beredskapshytta som er reist langs stien. Dagens dårlige vær demper trøkket av turister (over 350 000 går til Preikestolen hvert år), men det er likevel stadig noen som trenger assistanse. Formen kan være for dårlig til å gå den åtte kilometer lange stien tur/retur, skotøyet er upassende til ulendt terreng, eller de har uflaks og glir på glatt berg. Brekke forklarer hvordan landings-



Her gikk de glipp av panoramautsikten over Lysefjorden og Frafjordheiene.

plassen for redningshelikopteret her oppe klargjøres og markeres.

– Plan A var at et redningshelikopter av typen AW1010 skulle lande ved Prekestolen under turen vår. Det ble det dessverre ikke noe av. Til gjengjeld funket plan B, slik at redningstjenesten kunne besøke Tonstad et par dager senere, forteller han.

SOSIALT MED PAUSER. Under turen til Prekestolen var pausene var små høydepunkter i seg selv, ikke bare for faglig påfyll og hvile, men fordi mange søker seg til Sommercampen for å være sosiale.

– Jeg har ikke gått så mange turer før, så dette var passe langt for meg. Det var gøy å gå sammen med alle folkene jeg har blitt kjent med, sier Frida Josefine K. Holmøy.

Damian Wolkiewicz (17) fra Ås syntes turen var fin, med godt fellesskap, til tross for været. Han var på også Sommercampen i fjor.

– Jeg ble kjent med mange flinke folk i fjor, som jeg har daglig kontakt med. Opplevelsen var så positiv at jeg ville være med igjen, sier han. – Det er første gang jeg er på Prekestolen. Jeg så ikke utsikten, men til gjengjeld ga tåka en kul effekt, sier han med et smil.

Etter turen var det en våt, sliten, og ikke minst sulten gjeng som samlet seg på parkeringsplassen. Siste punkt på programmet var grilling av pølser. Ville det gå bra i regnet? Skogbrannfaren var lik null, men ville grillkullet ta fyr? Heldigvis ble det opphold, og Espen Brekke og Jon Ree Holmøy diskuterte opp med

grillpølser i brød, med løk, ketsjup og sennep, skyllet ned med brus.

FRAMTIDAS REDNINGSPERSONELL. Sommercamp-uka og aktivitetene i Sanitetsungdommen er lek og glede med et alvorlig bakteppe. Hobbyen kan bety forskjellen på liv og død. Framtidas voksne til søk- og redningsoppdrag rekrutteres gjerne herfra. Enten som frivillige eller profesjonelle. Deltakerne er unge. For mange er 18-årsdagen, da de kan være med på oppdrag, langt fram. Alle vet ikke hva de vil, men noen ser for seg en framtid i Norsk Folkehjelp.

17 år gamle Theodor Yelenik-Idsøe fra Stavanger, kommer fra en familie der alle er med i Norsk Folkehjelp. Selv engasjerer han seg i eget lokallag.

– Jeg vil fortsette å være frivillig i Norsk Folkehjelp, men tror ikke jeg kommer til å ha det som jobb, sier han.

Også Karen Høllesli-Møll ser for seg en framtid i frivilligheten.

– Jeg er også frivillig på SFO. Jeg vil bli førskolelærer som voksen, men jeg vil også fortsette som frivillig i Norsk Folkehjelp, sier hun.

GRUNNLAG FOR KARRIERE. Selv om deltakerne ikke har bestemt seg for en framtidig jobb innenfor søk og redning, det være seg i redningstjenesten eller i organisasjoner, mente flere at erfaringene fra Sanitetsungdommen blir nyttige for framtidig yrkesliv. En av dem er Synne Nordby Hvenekilde.

– Det virker spennende. Jeg får lyst til å lære mer. Men jeg vet ikke helt hva jeg vil ennå. Akkurat nå er jeg mest interessert i militæret. Men uansett hva jeg kommer til å gjøre, får jeg bruk for erfaringene herfra senere, sier hun.

Også Damian Wolkiewicz synes søk og redning virker spennende, men har ikke landet på hva han kommer til å velge.

– Både far og bestefar var politi i Polen, så jeg er fascinert av blålys. Jeg vil fortsette i Norsk Folkehjelp og ta kurs i vår beredskap-sambulansse. Jeg vil også være mannskap, eller leder, i frivillige søk- og redningsoperasjoner. Når det gjelder yrke, drømmer jeg om medisinstudiet, selv om det er vanskelig å komme inn på. Kanskje kommer jeg til å jobbe i en ambulansse? Eller i Leger uten grenser, undrer han.

Voksen dame i farta

I påska 2024 rundet Eva Fixdal 90 år, men alderen har ikke satt noen stopper for hennes mange aktiviteter. Hver tirsdag drar hun fra Midtstugrenda nederst i Holmenkollen til Helsfyr for å være frivillig i leksehjelpeordningen til Norsk Folkehjelp Kristiania.

KIRSTI KNUDSEN [tekst]
WERNER JUVIK [foto]

Den spreke nittiåringen deltar i orienteringsløp i sommerhalvåret og står fremdeles på ski om vinteren. Men hun er litt mer forsiktig i bakkene enn før, forteller hun.

– Å brette noe i min alder er ikke så smart. Men jeg kan ikke legge fra meg det jeg har holdt på med hele livet. I oppveksten på Nordberg var det ikke lov å tilbringe dagene innendørs; jeg var alltid i fysisk aktivitet. Ut i skogen, opp på fjellet.

Da Eva giftet seg og flyttet til Midtstuen – Heming-land, som hun kaller det – møtte hun et organisert idrettsliv, men det var ingen tilbud til voksne kvinner i 40–50-årene. Dette ville hun gjøre noe med. Hun tok trenerutdanning, ble trener for Heming og Skiforeningen, og i 1977 startet hun en egen kvinnegruppe.

– Gruppen har holdt sammen i alle disse årene, men noen er jo døde, og andre har



TIL NYTTE: – Det er mange grunner til at jeg deltar i frivillig arbeid. Ett av hovedmotivene er nok å føle at jeg fremdeles er til nytte i samfunnet, sier tidligere sykepleier Eva Fixdal.

kommet til. I forbindelse med 90-årsdagen feiret de meg med lunsj, og da var vi 20 stykker, smiler hun.

BIRKEN FOR FØRSTE GANG. Fram til langt ut på 1970-tallet fikk ikke kvinner delta i Birkebeinerrennet eller tilsvarende turlangrenn.

– I Norge, vel og merke. I utlandet var det annerledes, sier Eva. – I 1976 fikk vi lov til å gå Birkebeineren første gang. Det ble ikke så godt mottatt av mennene: «Uff, hvorfor skal de være med, hvor skal de dusje? De går sik-

kert langsomt. De kommer sikkert til å klappe sammen midtveis». Men det gjorde vi ikke.

– Dere slo til og med noen av dem?

– Det var ikke så vanskelig. De kvinnelige idrettsutøverne jeg kjente var veldig godt forberedt; de tok ikke fatt på Birkebeineren uten at det holdt til mål. De var flinke til å disponere løpet sitt og sørge for tilstrekkelig næring underveis.

Siden har Eva Fixdal gått Birkebeineren en tjuetalls ganger. Og Grenaderen – nimila fra Hakadal til Asker – et titalls ganger. Gjen-

nom de fineste delene av Marka, forteller hun.

– Hva er det som driver deg?

– Det er ikke så godt å si. Det har nok blitt en inngrodd vane. Og så gir det en følelse av velvære. Vi vet jo hvor viktig det er å holde seg i fysisk aktivitet. På P1+ var det en lege som sa at selv om du har artrose, vondt i ryggen, dårlig hjerte – det spiller ingen rolle – ut på tur! Jeg har pacemaker, hjerteflimmer og klaffelekkasje. Men det later jeg som om jeg ikke har!

ALDRI REDD FOR Å TA FATT PÅ NOEN NYTT. Da Eva i ungdommen ville diskutere med faren sin om hvilken yrkesvei hun skulle velge etter gymnaset, fikk hun klar beskjed: Hun var kvinne og skulle jo bare gifte seg. Hun trengte vel ikke noen utdanning!

– Jeg fikk imidlertid lov til å ta sekretærutdanning på Handelsgym, og det er for så vidt noe av det lureste jeg har gjort; det har jeg fått bruk for i mange sammenhenger, sier hun.

Etter et par år i utlandet tok hun Markedsføringskolen på Oslo Børs, og ble tekstforfatter i reklamebyrå til hun giftet seg, fikk fire barn – to sønner og to døtre – og ble hemmafru, som hun kaller det.

– Årene gikk, og så begynte jeg å tenke: «Jeg kan ikke bare holde på med dette, jeg må finne meg en jobb, få meg et yrke». Heldigvis har jeg aldri vært redd for å begynne med noe nytt.

Som tenkt, så gjort – Eva begynte på sykepleierutdanninga, og ble uteksaminert da hun var 54. Så tok hun videreutdanning i geriatri, og ble ansatt i hjemmesykepleien i Bærum.

– De siste årene jobbet jeg i skjermet enhet på sykehjemmet der. Det er jo mange år siden, og vi visste ikke like mye om geriatri den gangen som nå. Geriatri er mye mer enn demens, og det er komplisert fordi pasientene gjerne har flere sykdommer og diagnoser, og medisiner som interagerer. Geriatri er kanskje den mest kompliserte medisinske spesialiteten vi har, likevel har feltet lav status, sier hun betenkt.

FRIVILLIG ENGASJEMENT. Eva Fixdal gikk av med pensjon da hun var rundt 70. Hennes mange interesser og hobbyer ble etter hvert ikke nok til å fylle dagene, så hun ble frivillig i Kirkens Bymisjon og Fransiskushjelpen. I 2015 kom det en bølge av mindreårige afghanske gutter til Norge.



LEKSEHJELPER: 90 år gamle Eva Fixdal har vært frivillig leksehjelper for Norsk Folkehjelp Kristiania siden 2018. Her hjelper hun Mokhtar med skoleoppgaver.



LANG REISEVEI: Eva Fixdal reiser fra hjemmet i Holmenkollen til Helsfyr for å bidra med leksehjelp. Denne dagen hjalp hun Sirada (grønn hijab), Adar (svart hijab) og Mokhtar med engelskoppgaver.

– Det ble søkt etter verger for dem, og jeg meldte meg på og gikk på kurs. Jeg var verge for kanskje til sammen ti av dem, litt til og fra, til de ble 18 og enten ble kastet ut av landet eller fikk opphold i norske kommuner. Da oppdragene tok slutt i 2018, tenkte jeg, hva skal jeg gjøre nå? Så ble det altså Norsk Folkehjelp.

Norsk Folkehjelp Kristianias leksehjelpordning for grunnskoleelever holder til ved Oslo

voksenopplæring Helsfyr. Skolen driver norskopplæring, grunnskole og videregående skole for minoritetsspråklige voksne. Den åpnet i 2005, og har rundt 1800 studenter og 130 ansatte.

– Det er nesten bare kvinner som deltar i Leksehjelpen, selv om den også er åpen for menn. De fleste av kvinnene ønsker å gå videre og ta fagbrev i barne- eller helsefag, forteller Eva Fixdal. – De kommer etter at de ►

er ferdig med skoledagen, og særlig når de skal ha prøver.

Studentene har fått norskopplæring og snakker brukbart norsk, men har skriveferdigheter i varierende grad, forteller hun.

– Problemet er at de sjelden snakker norsk med noen i dagliglivet. De bruker morsmålet sitt hjemme og sammen med venninnene sine på skolen. Og så dreier det seg heller ikke om bare å forstå språket, heller; det er begrepsfattigdommen som er det største problemet. Mange er ikke vant til å resonnerer. Å spørre hvorfor og hvordan og hva som kan gjøres annerledes, tror jeg er uvant for dem.

GLEDEN OVER Å VÆRE TIL NYTTE. Eva Fixdal forteller at hun fremdeles har kontakt med noen av de tidligere studentene som har fullført grunnskolen og gått over i videregående.

– Når de har problemer som må løses, ringer de eller sender meg sånne små sms-er. Det er ikke så lett for meg å lese, så jeg prøver å tvinge dem til å sende e-post, smiler hun.

– *Hva får du ut av å være frivillig?*

– Det er mange grunner til at jeg deltar i frivillig arbeid. Alt er ikke altruisme. Ett av hovedmotivene er nok å føle at jeg fremdeles er til nytte i samfunnet. Og så er det utfordrende mentalt å være med på Leksehjelpen. Du må jo skjerpe deg. Mange av de andre frivillige er jo lærere og lektorer som kan dette fra før. Jeg må gjøre en ekstra innsats, for det er mye jeg ikke husker fra min egen skoletid, som for eksempel diktanalyse.

Eva Fixdal karakteriserer seg selv som en enslig svale i Midtstugrenda og omegn. For det er kanskje ikke så mange av naboeene som abonnerer på Klassekampen?

– En av grunnene til at jeg heier på Norsk Folkehjelp, er at det er LOs humanitære organisasjon. Jeg har alltid stemt Arbeiderpartiet og holder meg til den siden av politikken. Her oppe går det mye i Fremskrittspartiet og Høyre, og folk har veldig lite kjennskap til organisasjoner som LO, for eksempel. Men jeg har også venner som det går an å snakke med. Og barna mine er fornuftige, til tross for at de har vokst opp her. De er selvfølgelig preget av en oppvekst i velstand, men de har blitt nøkterne personer. Da datteren min for noen år siden ble invitert på ball på Grand for pen vestkantungdom, svarte hun nei tusen takk, slike ting tok hun avstand fra, sier Eva og ler litt.



BERIKELSE: De frivillige leksehjelperne i Norsk Folkehjelp Kristiania trives godt sammen, og synes det F.v.: Reidun Sørby, Marit Spurkland og Sidsel Semcesen.

Fint å være del av noe stør

Norsk Folkehjelp arrangerte Samfunnspolitisk Fagkonferanse på Sørmarka utenfor Oslo i april. To av deltakerne var Sidsel Semcesen og Marit Spurkland, som begge har vært engasjert i leksehjelpordningen til Norsk Folkehjelp Kristiania på Helsefyr i fire-fem år.

KIRSTI KNUDSEN [tekst]
WERNER JUVIK [foto]

I tillegg til å være leksehjelpere, deltar de også på språkkafeen på Helsefyr bibliotek og på lagets Folketur annenhver søndag, der kvinner treffes for å bli kjent i skogen og byen og snakke norsk.

– Studentene er voksne som skal ta ungdomsskolen. De fleste er kvinner. Men nene ser ikke ut til å ha bruk for hjelp i like stor grad, sier Marit. Hun er lektor i norsk, og har utdannet førskolelærere på Barnevernssakademiet i 40 år.

– Det er ofte slik at de kommer hit når barna blir store nok til at mødrene får tid til å begynne på utdanning. Da er det deres tur, legger Sidsel til. Som Marit har hun pedagogisk bakgrunn, med historie, tysk og engelsk på Blindern og lærer på Hauketo ungdomsskole i 38 år.

– *Hva gir det dere å være engasjert i frivillig arbeid?*

– Vi får møte mennesker fra mange land og ulike kulturer. Jeg tror at mitt utbytte er vel så stort som deres, sier Marit. – Og så blir vi jo glade når vi ser at studentene mestrer oppgavene. De skal for eksempel lære å analysere tekster, bli kritiske tekstlesere. De som kommer fra Afrika og Asia har en tilleggsutfordring fordi de aller fleste tekstene krever ganske stor innsikt i norsk tenkemåte, kultur og språk. Det krever en referanseramme de ikke har.

– Det kommer nok særlig til uttrykk i norsken, sier Sidsel. – I engelsk og samfunnsfag, som jeg har, er det litt anner-



er en berikelse å møte folk fra andre land og kulturer.

re

ledes. Men noe vi har diskutert, er at studentene gjerne vil ha svarene servert av læreren. Det blir ofte en balansegang. Selvfølgelig er vi der for å hjelpe, men ikke for mye, for når lærerne deres ser besvarelsene, vil de jo da skjønne at dette har de ikke produsert på egen hånd.

Begge gir uttrykk for at de er veldig fornøyd med helga på Sørmarka.

– Jeg trives godt med å være leksehjelper, og særlig gir språkkafeen meg veldig mye. Men når jeg kommer hit og skjønner at vi er en del av noe som er veldig mye større, får også det vi gjør større betydning, sier Marit, og Sidsel legger til:

– På forhånd var jeg litt spent og lurte på hva vi hadde her å gjøre, men nå er jeg så glad for at vi dro. Jeg har lært mye om hva Norsk Folkehjelp står for, og hvor mye utrolig fint arbeid som gjøres. Og jeg ser at det lille vi gjør også betyr noe. At vi er en bitte-liten del av en helhet.

Norsk Folkehjelp Kristiania

Kristiania-laget har rundt 900 medlemmer, og har inkludering og internasjonal solidaritet som hovedoppgaver. En viktig del er leksehjelpordningen og språkkafeen ved Voksenopplæringen Helsfyr.

KIRSTI KNUDSEN [tekst]
WERNER JUVIK [foto]

Leksehjelpen har holdt på i fem år og har ti frivillige på lista, kan Reidun Sørby fortelle. Hun er koordinator og holder styr på hvilke frivillige som kommer til hver samling, og er også leksehjelper på like fot med de andre.

– Det er fint at vi er så mange, da gjør det ikke noe om noen må melde avbud, sier hun. – Vi er en stabil og sosial gjeng som trives godt sammen. De fleste er lærere eller lektorer, men vi har også flere som ikke har den bakgrunnen – pensjonister og uføre som har tid til overs.

Sørby kan fortelle at de frivillige er folk med stort engasjement og sterke meninger om hvordan Leksehjelpen bør drives og hvordan lærebøkene er utformet.

– Studentene kommer fra mange ulike kulturer, med ulike forkunnskaper, og vi må finne en måte å hjelpe dem som sliter mest på. Noen kan ha gått to-tre år på skole i Afghanistan, og kan så vidt lese sitt eget språk. Andre fra samme land har univer-



MANGE LAND: Studentene som deltar i leksehjelpordningen til Norsk Folkehjelp Kristiania kommer fra mange land, og har ulike forkunnskaper.

sitetsutdannelse, sier hun. – Kanskje kunne vi tilpasse lærebøkene bedre til folks kunnskapsnivå? Bruke et mer lettfattelig språk? Jeg synes vi bruker litt for lite ressurser på denne gruppa.

VANSKELIG UNDER PANDEMIEN. Før koronapandemien deltok mellom 15 og 20 studenter i leksehjelpordningen hver uke. Etterpå gikk det tregt å få den til å bli like blomstrende som i starten.

– Nå kommer det et titalls studenter hver gang – ikke de samme, da. Vi skjønner at de har lange skoledager, og så skal de kanskje hente barn i barnehagen. Derfor er det viktig at vi tilpasser øktene bedre. Er tirsdager best? Er det riktig tidspunkt? Skulle vi spre oss over flere dager? Vi ønsker oss også bedre kommunikasjon med skolen, og at lærerne kunne skape mer blesst om oss, selv om de har mye å gjøre, sier Reidun Sørby.

Norsk Folkehjelp Kristiania driver også en digital språkkafe – Pusterom – for kvinner med flerkulturell bakgrunn, og er i startgropa for å opprette pusteromsgrupper også for menn. Annenhver søndag gjennomføres Folketur for kvinner fra ulike nasjoner som ønsker å bli bedre i norsk, bli kjent med Oslo og omegn og bygge nettverk. Om vinteren går turene til gallerier og museer, mens vår, sommer og høst legges de til Oslo-marka.



KOORDINATOR: Reidun Sørby er koordinator for Leksehjelpen i regi av Norsk Folkehjelp Kristiania, og deltar også selv som leksehjelper.

Uvær utfordret beredsk



TEAM SENJA: Julie Nilsen, Rune Nilsen, Madeleine Jensen, NF Tromsø.

Været spilte ikke på lag i forkant av årets Norway Cup, noe som førte til at staben på Ekebergsletta måtte finne fram plan B.



LEDER: Kristian Mikkeltorg tjenesteleder for første gang på årets Norway Cup.

TEKST: MARIUS SØRHHUS

Klokka er kvart på fem om morgenen den siste søndagen i juli. Det er helt stille på Nedre Bekkelaget skole når Arild Engen møter skolevakt Hildegun Holmen i vestibyen.

Veteran Engen, med over 60 år bak seg i Norsk Folkehjelp Oslo, setter på den første kanna med kaffe og gjør klar frokost til mannskapene som fortsatt sover i etasjene over. Holmen kommer fra Norsk Folkehjelp Indre Østfold, og har vært våken hele natta.

For nå starter Norway Cup – verdens største fotballturnering og Norsk Folkehjelps desidert største førstehjelpsoppdrag med over 120 førstehjelpere fra hele landet i aksjon.

BLØT START PÅ SLETTA. Tusenvis av cupdeltakerne hadde deltatt på en solfylt åpningskonsert dagen før, men det holder ikke med én solskinnsdag for å gjøre opp for flere dagers styrtregn. På første cupdag var fotballbanene på Ekebergsletta fortsatt for gjørmete til å spille på. Krisebaner med kunstgress spredt over hele Oslo måtte tas i bruk, og førstehjelpsberedskaper måtte tilpasses deretter. Tjenesteleder Kristian Mikkeltorg forklarer:

– Vi måtte snu oss rundt og planlegge for å bemanne krisebanene. Det var 27 steder rundt omkring i Oslo som skulle dekkes opp, sier han.



FOTBALL I ØYET: Håkon Davik Nicholaysen får behandling

Det er noe helt annet enn når alle er samlet på én slette.

– Vi fant ut at vi måtte dele byen opp i soner og få på plass så mange kjøretøyer som mulig. Så delte vi førstehjelperne inn i grupper, så de kunne kjøre mellom banene og patruljere. Jeg tror det fungerte veldig bra, sier Mikkeltorg beskjedt.

Fra mandag av kunne de igjen drifte som normalt på Ekebergsletta, og resten av uka spilte været heldigvis på lag.

FRA FØRSTEHJELPER TIL TJENESTELEDER.

Mikkeltorg har vært med i Norsk Folkehjelp i ti år. Det er det sjuende året hans på Norway

apen på Norway Cup



av ambulansleder Sondre Berntsen Ravdal, NF OSLO.

NORWAY CUP

- > 1400 skader behandlet
- > Over 120 mannskaper involvert i forskjellige roller
- > Over 12 000 tjenestetimer levert
- > Rundt 20 lokallag fra Norsk Folkehjelp involvert
- > Over 500 vafler er stekt og spist

FRA TROMS FOR Å BIDRA. Ifølge Norsk Folkehjelp Oslo hadde det ikke vært mulig å gjennomføre denne tjenesten uten mannskaper fra andre lokallag. I løpet av en Norway Cup skal nemlig 1400 små og store skader behandles.

– Det er jo en livsstil, konstaterer Rune Nilsen, som til vanlig kjører syketransport ved Universitetssykehuset Nord-Norge (UNN) i Tromsø. – Det beste er å møte nye kollegaer, og kunne snakke med dem og lære av dem, sier han.

– Steike gode vaffelkaker har de også, forteller Madeleine Jensen, som jobber på akuttmottaket på UNN. – Det er et av høydepunktene – å få vafler, frukt og boller på post. Det er bare helt konge!

Det er verken første eller siste gang de er med på Norway Cup.

– Jeg kunne ikke vært dette foruten, sier Nilsen.

– Det er applaus når vi kjæm, men forhåpentligvis ikke når vi fer, ler Jensen.

STORT ENGASJEMENT HOS SANITETSUNGDOMMEN. Sanitetsungdom er også godt representert, og helt avgjørende for å få den store tjenesten til å gå rundt.

Mathias Emil Lundbye fra Norsk Folkehjelp Rena er allerede på sin tredje Norway Cup. I 2019 ble han nysgjerrig på en oransje vest som hang i gangen hos en venn, og ikke altfor lenge etter hadde han funnet sin nye hobby.

– Jeg har alltid vært sånn at hvis noen får vondt, så må jeg hjelpe til. Det å kunne hjelpe ►

Cup, og det første som tjenesteleder, med det overordnede ansvaret for hele oppdraget. Det innebærer mye planleggingsarbeid i forkant, og underveis er han en del av staben som styrer gjennomføringen. Men det var selve førstehjelpsbiten som fanget Mikkelborg for ti år siden.

– Jeg syns det er veldig givende å få være med og hjelpe andre, sier han.

– Hva er det som er så bra med å være med på Norway Cup?

– Du får jo god erfaring, og får behandle mange forskjellige typer skader. Du lærer mye av det, og det er nok derfor folk kommer tilbake hvert år.



VOND FOT: Eirik Myrset-Økseter får behandling av Lisa Langholen, NF Oslo



– Hva er ditt beste minne fra årets Norway Cup?

Roy Hansen, NF Lørenskog



– Årets happening for meg var at en lege kom på post og demonstrerte en test for krystallsyke på en eldre herremann. Han forklarte oss hele balansesystemet som sitter inne i øret, og som ikke fungerer som det skal hvis man har krystallsyke. Og han forklarte nøye hva han så etter under testen. Vi var en liten gruppe der som fulgte godt med, og det var tydelig at legen var vant til å gi disse demonstrasjonene. Det var veldig lærerikt og interessant.

Ingebjørg Amble, NF Askøy



– Det er de gode tilbakemeldinger fra pasienter og pårørende på at de får full behandling her, og slipper den kommunale legevakta. Da kommer de seg mye kjappere tilbake til laget sitt, noe som betyr mye for samholdet. Det synes jeg er veldig bra at vi kan tilby.



BANDASJE: Alexander Neset Bastesen, NF Indre Østfold, hjelper en dypt konsentrert Fanny Mathilde Ness med og bandasjere Tigergutt.

andre gir meg en god følelse, sier han.

Lundbye forteller at lokallaget tar godt vare på ham, og lar ham reise på tjenester og oppleve nye ting.

– Jeg har prøvd å være så aktiv som det går an å være, sier han.

– Hva er grunnen til at du ønsker å være med på Norway Cup hvert år?

– Det er egentlig samspeillet mellom folkehjelperne – hvor godt vi kan jobbe sammen – og det sosiale på kveldene. Og vi ungdommene har noen fridager hvor vi finner på ting sammen og koser oss, sier han. – Men det som treffer meg aller mest, er når vi hører på sambandet at nå trenger noen hjelp. Da får du den lille boosten og føler at du må ut fortest mulig, forteller han engasjert.

LANGE DAGER OG MYE OMSORG. Dagene går sin gang på sletta, med mange opp- og nedturer for de 30 000 spillerne som er i aksjon. For Norsk Folkehjelps førstehjelpere er utfordringene litt anderledes:

– Det er lange dager. Dagvaktene våre begynner tidlig, med morgenmøte kvart på sju. Og de siste kampene er som regel ferdig mellom ni og ti på kvelden, sier tjenesteleder Mikkelborg.

– Mange av mannskapene ønsker å være med hele dagen – fra morgen til kveld – men da blir de jo slitne, konstaterer han. – En av oppgavene våre er å følge med og se hvem som trenger en pause. Det handler om at de skal ha en god opplevelse, men også at vi har lyst til å ha dem tilbake året etter.



VAKT: Hildegun Holmen fra NF Indre Østfold er skolevakt.



VARMT: Leder på Post 2 har tillatt avslappede uniformsregler i heten på tampen av siste dag på sletta.

VARIERT JOBB SOM SKOLEVAKT. Etter den første søvnløse natta, får også skolevakt Hildegun Holmen seg noen timer søvn hver natt. Hun vært medlem i Norsk Folkehjelp siden 1978, og stortrives på Norway Cup.

– Min jobb er å se til at skolen er ren og at mannskapene har det bra. Og så hender det noen av dem trenger å prate litt, og da er det godt å kunne sette seg ned og lytte, sier hun.
– De gir så mye av seg sjøl fordi de syns det er moro å hjelpe andre. Så det å tenke på seg selv, det gjør de kanskje ikke før det er for sent. Men de er jo veldig flinke til å ta vare på hverandre også, sier hun.

NORWAY CUP GLOBAL GOALS. Norway Cup har siden 2017 jobbet med FN's bærekraftsmål, og har et eget område på sletta hvor organisasjoner som jobber med disse målene kan vise seg fram. Norsk Folkehjelp Oslo har et av teltene her.

Fra søndag til tirsdag presenterer de integreringsprogrammet Oasen, som tilbyr lavterskeltilbud og kvalifiseringstiltak for alle med innvandrerbakgrunn. Resten av uka setter frivillighetskoordinator Sarai Tormes Mathisen helse i fokus, og mannskaper fra Folkehjelpa lærer bort førstehjelp til entusiastiske barn og unge.

– Det er veldig populært. Mange viser en genuin interesse og tar det på største alvor, forteller hun.

ERFAREN AMBULANSELEDER. Det er nest siste dag på Ekebergsletta, og Sondre Bernt-

sen Ravdal fra Norsk Folkehjelp Oslo behandler Håkon Davik Nicholaysen, som har fått en fotballstøvel rett over det ene øyet. Såret renses, og han får ispose, trøst og en ballong laget av en engangshanske.

Berntsen Ravdal er 25 år og ambulanselærling. I tillegg er han nyvalgt ambulanselider i lokallaget.

– Jeg har vel vært med på Norway Cup hvert år siden jeg var elleve, men aldri for å spille fotball. Jeg liker ikke fotball engang, ler han.

– I forhold til resten av året, hva er det spesielle med Norway Cup?

– Det er å møte igjen gamle kjente og å treffe glade, engasjerte mannskaper ute på postene som er lærevillige og spør og graver, sier han. – Jeg lærer også noe nytt hver eneste dag. Det kan være alt fra en annen måte å behandle en ankelskade på, til et større beinbrudd. Du blir jo aldri ferdig utlært i dette faget.



ERFAREN: Ambulanselider Sondre Berntsen Ravdal NF Oslo.

Emil Liudalen, NF Oslo



– Det er alle de hyggelige menneskene, og det fine været vi har. Engasjementet fra spillerne og publikum. Det er rett og slett det.

Anna Fjalestad, NF Oslo



– Det er første året mitt på operasjonsentralen i år, og det har vært veldig gøy å ta imot telefoner fra mannskaper ute på post, for å kunne veilede dem i pasientbehandling. Og tilbakemeldingene er at de har satt pris på den ressursen vi på operasjonsentralen har vært for dem.

Emilie Knudsen, NF Arendal



– Vi hadde en episode der en kvinnelig utøver hadde fått et ganske hardt slag i kneet. Det samlet seg mye folk rundt henne, og hun begynte å hyperventilere av stresset. Jeg fokuserte på å snakke med henne for å roe henne ned, men det var vanskelig når det var så mange som skulle snakke til henne. Jeg fikk henne inn i teltet, og da det bare var oss to, fikk hun roet seg ned. Da gikk det bra.



KUNNSKAP OG VERKTØY: Camilla Peace Sundvoll og Atia Ijaz har bidratt til å utvikle kurset «Antirasisme – fra holdning til handling» som gjennom teori, praktiske øvelser og deling av personlige historier skal gi deltakerne kunnskap og verktøy som de kan ta med seg til sine lokalmiljøer.

Står opp mot rasisme

Hva er egentlig rasisme, og hva innebærer det å være antirasist? Gjennom teori, praktiske øvelser og deling av personlige historier får deltakerne på kurset «Antirasist – fra holdning til handling» med seg kunnskap og verktøy de kan bruke i sine lokalmiljøer.

SISSEL FANTOFT [tekst]
ELLEN JARLI [foto]

Etter initiativ fra Sentralt samfunnspolitisk utvalg vedtok Norsk Folkehjelp på landsmøtet i august 2023 at kampen mot rasisme skal være en overordnet prioritering framover.

– Vi har jobbet med antirasisme i mange år, men Solidaritetsungdommen har løftet dette feltet og pushet den store voksenorganisasjonen til å virkelig stille seg bak en slik satsing. Etter landsmøtevedtaket skal vi jobbe med å utvikle en felles forståelse for hva antirasisme er i Norsk Folkehjelp, sier seniorrådgiver Camilla Peace Sundvoll i Norsk Folkehjelp.

Hun er selv deltaker på kurset «Antirasist – fra holdning til handling» på Sørmarka

konferansehotell en helg i slutten av mai.

– Kurset er et resultat av at mange medlemmer sier at de ønsker å være mer proaktive i møte med rasisme. Da må vi aller først anerkjenne at rasisme finnes og snakke åpent om det i organisasjonen, fastslår hun.

MÅTTE FLYTTE PÅ GRUNN AV RASISME. På Sørmarka er frivillige fra lokallagene Drammen og Sande, Horten, Vestre Toten Gjøvik, Sunnhordland, Kongsvinger og Kristiansand samlet for en helg med diskusjon og refleksjoner, teori og praktisk øvelser. Sterke historier deles i gruppa, som raskt blir et trygt fellesskap preget av toleranse og samhörighet.

En deltaker forteller hvordan hennes barn, som har norsk og arabisk bakgrunn, falt mellom to stoler fordi skolesystemet ikke tok

den hårtynne linjen mellom rasisme og mobbing alvorlig nok. Hun så seg til slutt nødt til å flytte slik at barna kunne bytte skole.

– Men det ble nesten bare verre – barna mine opplevde både fysisk og psykisk rasisme og vold i form av å bli frastjålet eiendeler, skjellsord som «terrorist», «svarting» og brenning av klær nesten daglig. Jeg så hvordan de forandret personlighet, og fryktet at rasismen de ble utsatt for skulle gjøre permanent skade, sier hun.

En annen deler at hun har utviklet selvhat, angst og traumer etter å ha blitt utsatt for gjentatt rasisme i oppveksten.

– Jeg mener at helsetjenesten burde ha egne psykologer som jobber med mentale konsekvenser av å vokse opp med rasisme, sier hun.

– Det er slitsomt å alltid ta kampen selv mot rasisme – ofte føles det som om jeg roper og skriker uten å bli hørt. Personer som ikke selv utsettes for rasisme, kan dele litt av sine privilegier ved å lytte, slik at de som utsettes for rasisme kan ta en pause innimellom. Det er mentalt utmattende å alltid kjempe sin egen kamp, og ved å være antirasist og alliert kan du gi en talerstol til dem som kanskje ikke har det selv, påpeker en av deltakerne.

STØTTEFRABUFDIR. – Det pedagogiske innholdet i kurset «Antirasist – fra holdning til handling» ble utviklet i samarbeid med eksterne aktører. Det inneholder fag, teori, bakgrunn og øvelser, med forklaring på hva som er hensikten med øvelsene, forteller Atia Ijaz.

I løpet av 2024 vil kurset også bli arrangert i Bergen og Bodø.

– Vi har fått midler fra Barne- ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir) til å gjennomføre disse kursene. Uten støtten derfra ville det ikke vært mulig, sier Sundvoll.

I tillegg til de tre kursene arrangeres det ett kurslederkurs og to erfaringsseminarer, før det hele munner ut i en sluttkonferanse i Oslo hvor alle kursdeltakerne vil bli invitert.

– Vi oppfordrer alle som deltar på kursene om å ta kurslederutdanningen, slik at de kan holde kursene også lokalt, sier hun.

ØKT SELVTILLIT. Halvor Holøyen fra Norsk Folkehjelp Kongsvinger og Susan Abdallah fra Norsk Folkehjelp Sunnhordland er begge med i SPU, og har gjennomført utdanningen som kursleder for «Antirasist – fra holdning til handling»-kurset.



HELE LANDET: På Sørmarka er frivillige fra lokallagene Drammen og Sande, Horten, Vestre Toten Gjøvik, Sunnhordland, Kongsvinger og Kristiansand samlet for en helg med diskusjon og refleksjoner.

– Vi var med på å utvikle kurset sammen med eksterne fagfolk og var testpiloter som lærlinger på det første kurset. Dette er det andre kurset vi leder sammen. Det er en spennende oppgave, deltakerne er engasjerte og gode på å dele egne erfaringer. Det er opp til oss å finne en balanse mellom å gi rom for deres historier og samtidig sørge for framdrift, forteller Holøyen.

– Jeg er trygg i min rolle som kursholder fordi jeg fikk god støtte og veiledning fra dem som var med å utvikle selve kurset, og hadde en god start på pilotkurset sammen med Yngvild Kristensen som kursholder. Jeg lærer mye av deltakerne, og er alltid spent på hvem jeg skal møte. Jeg har fortsatt kontakt med deltakerne fra tidligere kurs, for vi kommer veldig nær hverandre når vi diskuterer temaer som faktisk kan endre menneskers liv, tilføyer Abdallah.

Selv om deltakerne er ulike, er fellesnevneren en sterk motivasjon til å jobbe mot rasisme.

– Hovedformålet med kurset er bevisstgjøring, og deltakerne tar med seg økt selvtillit til å jobbe med antirasisme i egne lokallag. Jeg håper at vi etter hvert får muligheten til å spre kurset også utenfor egen organisasjon og i fagbevegelsen, men da trenger vi flere midler, sier Holøyen.

BEKYMRET FOR FRAMTIDA. En del av kurset dreier seg om definisjoner av ulike typer

rasisme, som klassisk rasisme og kulturell rasisme som begge fører til diskriminering og forskjellbehandling, samt strukturell rasisme som apartheid og mikroagresjon – kommentarer og små stikk i daglige situasjoner som i lengden gjør vondt.

– Mamma kaller rasisme for r-ordet som et virkemiddel for å understreke at folk reagerer mer på å kalle noe for rasisme. Ordet er triggende for mennesker som ikke opplever rasisme selv, og ofte brukes andre ord for å beskrive en rasistisk handling i stedet. Det er et stort problem at mange er redd for å bruke det såkalte «r-ordet». Det er liksom ikke lov til å si. En viktig del av å være en alliert er å anerkjenne at rasisme finnes. Hvis vi fortsetter å unnskyldte det, kan konsekvensene bli at noen dør og at høyreekstremer krefter vokser fram, understreker en av deltakerne.

Andre forteller om folk de kjenner som har skiftet navn for å øke muligheten for å bli innkalt til jobbintervju.

– Hvis du skiller deg ut fysisk, er det lett å bli satt i bås og påføres skam på grunn av bakgrunnen din. Hvis jeg skulle endret navnet mitt, ville en stor del av identiteten min forsvinne, sier en.

– Hvis vi ikke gjør noe med rasisme her og nå, er jeg bekymret for framtida til barna våre. Da vil rasismen gå i arv til nye generasjoner, sier en annen.

Kampen mot plasten

– en innsats for miljøet og fellesskapet

Hva må til når en liten øygruppe i havgapet blir invadert av marint søppel? For Norsk Folkehjelp Hitra og Frøya er svaret klart: en samlende aksjon for å rydde opp og bevare den vakre naturen de kaller sitt hjem.

LUDVIG GUNDERSEN [tekst og foto]

En liten armé av frivillige baner seg vei gjennom kratt, skog og svermer av knott for å nå havgapet.

– Når du kommer over kanten her, tror jeg du blir litt sjokkert, sier Stian Pachov, lokal-lagsleder i Norsk Folkehjelp Hitra og Frøya.

Denne ettermiddagen i slutten av august har Norsk Folkehjelp Hitra og Frøya samlet en gruppe dedikerte frivillige med ett mål for øyet: å bekjempe marin forsøpling. Utstyrt med søppelsekker, gummihansker og myggnett er lokallagslederen, sammen med rundt tjue frivillige, klar for innsats.

– Selv blir jeg ikke overrasket lenger, bare skuffet, sukker Pachov.

UENDELIG MENGDE AVFALL. Synet som møter dem kan beskrives som et mareritt av forsøpling. Metervis med tauverk, store trålkuler, fiskeutstyr og plast i alle farger og fasoner ligger spredd utover, sammenfiltret i vegetasjonen og jorda.

– Med tiden brytes plasten ned til mindre og mindre biter, og til slutt blir den til mikroplast. Det er deprimerende, sier frivillig Dag Fegstad, og trekker opp et stort reip fra bakken. – Tenk om dette får ligge. Det brytes ned til olje og blir så giftig at vi må bruke beskyttelsesutstyr for å håndtere det. Det blir rett og slett helseskadelig, tilføyer Pachov.



↑ **SØPPELET DRIVER I LAND:** Store mengder med søppel ender opp på det idylliske Frøya hvert år. Heldigvis stiller lokallaget mannsterke i kampen mot forsøplingen.

VIKTIG Å TA VARE PÅ EGEN BAKGÅRD. Den naturskjønne beliggenheten ved havgapet gjør Frøya utsatt for store mengder marint avfall. Vær og vind fører med seg søppel fra hele verden. Pachov forteller at de har funnet avfall fra land som Brasil, Mexico, USA, Tyskland og Skottland.

Avfallet er ikke bare et skjemmende syn; det forurenses også drikkevannet til fuglene og maten til dyrene som beiter på øya. Denne

uka rapporterte lokalavisa om nok en sau som hadde viklet seg inn i garn.

– Vi må bidra med det vi kan. Det er mye marint søppel, spesielt på Frøya, og dyrene kan lett vikle seg inn i det, forteller Lena-Annie Østheim.

Sammen med sanitetsmannskap Aina Myrvang fyller hun den ene søppelsekken etter den andre.

– Dette søppelet skader mange. Jeg var



↑ **FORSØPLING:** Medlem Lena-Annie Østheim og lokallagsleder Stian Pachov mener begge det er viktig at lokallaget bidrar i kampen mot forspøling.



↑ **FJÆRA:** Et stort område var forspølet og sanitetsmannskap Aina Myrvang dro opp det ene etter det andre blandt steinene i fjæra.



↑ **SOSIALT:** I tillegg til å gjøre noe viktig for miljøet, mener Miriam Aclima Baglund (f.v), Milena Pachova og Mohamed Hasaballa at strandaksjoner er en fin sosial aktivitet.

selv på en strand med barna mine, og en av dem tråkket på et glasskår fordi vi gikk uten sko. Det er viktig at vi får ryddet opp, mener Myrvang.

GOD INKLUDERING OG FELLESSKAP. For Norsk Folkehjelp Hitra og Frøya er strandryddingen ikke bare et viktig miljøtiltak, det er også en

mulighet til å styrke samarbeidet mellom de frivillige i saniteten og dem som driver med samfunnspolitiske aktiviteter. Denne dagen har også språkkafeen tatt turen ut i fjæra.

– Dette blir språkkafe på en litt annen måte. Alle som er her, jobber mot et felles mål. Det føles veldig bra. Både de som er norske og de som er nye i Norge får en anledning til

å snakke sammen, sier frivillig Logman Adam.

Adamahmed Yahya, som kom til Norge for ti år siden fra Sudan og flyttet til Frøya i november, sier seg enig.

– Jeg liker dugnad. Det er sosialt og gir god integrering. Du kan lære norsk og finne venner. Slike aktiviteter er også viktige for å få referanser, møte nye kolleger og finne en jobb.

Begge er enig om at det samtidig er viktig å ta vare på naturen.

– Det er veldig viktig å beskytte naturen. Søppel ender opp i havet og blir spist av fisken vi spiser, sier de.

– Her kombineres samfunnsfag og naturfag på en meningsfull måte, tilføyer Mohamed Hasaballa, som også opprinnelig er fra Sudan.

ØKT KUNNSKAP OM NÆRMILJØET. Miriam Aclima Baglund, som har drevet språkkafeen for lokallaget i mange år, understreker at det er viktig for nykommere å lære om nærmiljøet sitt.

– Her får de se med egne øyne hvilke utfordringer vi har med vårt store forbruk. Samtidig får de kunnskap om havstrømmene som fører med seg avfall hit, og de får ikke minst anledning til å møte andre, sier hun, og viser til det store oppmøtet.

– Her møter vi lokalbefolkningen som hjelper oss med båter og infrastruktur for å få vekk forspølingen. Det blir som en tur hvor du både får rørt deg fysisk og være sammen med andre – en sosial aktivitet med et veldig konkret formål, legger hun til.

EN POSITIV FRAMTID FOR MILJØET. Etter drøye to timer er området nesten ikke til å kjenne igjen. Rullene med plastposer er nesten brukt opp, og to båter er fylt til randen med gammel moro. Til tross for utfordringene ser Dag Fegstad optimistisk på framtida.

– Folk har blitt mer bevisst på viktigheten av å kvitte seg med søppelet på en forsvarlig måte enn de var før, sier han. – Vi må fortsette å sortere og rydde. Ser du søppel, så plukk det opp. Det er den eneste måten vi kan forhindre situasjoner som denne på.

Lokallaget oppfordrer enda flere til å arrangere strandrydding. Det er tydelig at det finnes et sterkt engasjement for miljøet i lokalbefolkningen.

– Ved å ta ansvar og jobbe sammen kan vi gjøre en forskjell – både for naturen og for fellesskapet, avslutter Fegstad.



Miljøvern og minerydding i Vietnam



LEVEBRØD: Fru Nguyễn Thi Ljên Anh har vevd Cỏ Bàng-gress siden barndommen. Ettervert ble det et levebrød for familien hennes.

I århundrer har det standhaftige Cỏ Bàng-gresset svaïet i vinden over Vietnams våtmarker, og lagt grunnlaget for fletting av hatter, matter og vesker. I dag brukes det også i destrueringen av eksplosiver, og er en av Norsk Folkehjelp Vietnams nye miljøvennlige initiativer.

MORTEN ØDEGAARD (tekst og foto)

Vietnam er mer enn endeløse strender, elver og tropisk regnskog. Her finnes det også enorme mengder av gjenværende, udetonerte eksplosiver etter Vietnamkrigen – noe som har vært en trussel for lokalbefolkningen i over 50 år.

Minerydding og destruering av gamle eksplosiver har derfor vært Norsk Folkehjelps hovedfokus i Vietnam, helt siden arbeidet startet i 2008. De siste årene har Norsk Folkehjelp Vietnam også vært en pådriver for at arbeidet skal være klima- og miljøvennlig, og flere spennende prosjekter er satt i gang i lys av at Vietnam er et av landene i verden som er mest utsatt for klimaendringer og for å begrense forurensning.

– Som en humanitær organisasjon kan vi ikke bare fokusere på å redde liv. Vi må også beskytte miljøet og hjelpe folk med å tilpasse seg klimaendringene, sier Bui Doan Bach [29], miljøvernkoordinator for Norsk Folkehjelp Vietnam.

Bach, som har studert miljøteknologi i Toronto, er lidenskapelig opptatt av naturen og utfordringene Vietnam står overfor. Siden 2020 har han jobbet for Norsk Folkehjelp Vietnam med å integrere miljø- og klimatil-tak i minearbeidet. En av de opplagte utfordringene han har tatt tak i, er den omfattende bruken av sandsekker.

EN ENKEL, BÆREKRAFTIG OG GENIAL LØS-NING. Eksplosiver destrueres ved bruk av sprengstoffet TNT, noe som resulterer i en relativt stor eksplosjon. For å begrense både ►



↑ **VINN-VINN:** Produksjonen har gitt stabile inntekter til lokalbefolkning-en, samtidig som Norsk Folkehjelp har løst en av sine miljøutfordringer. Norsk Folkehjelp Vietnams miljøvernkoordinator, Bui Doan Bach [t.v.], Fru Nguyễn Thị Liên Ahn og Le Phuoc Tinh fra de lokale landbruksmyndighetene, viser fram gresset som brukes til sandsekkene.

eksplosjonen og skadeomfanget av den, brukes det sandsekker. Fram til 2023 har disse sandsekkene vært laget av plast. Resultatet er at platen rives i tusen biter og spres utover et stort område.

– Oppryddingsarbeidet er tidkrevende, og det er vanskelig å vite om vi har fått med oss alle restene. Et av våre hovedmål har derfor vært å fjerne sandsekker av plast, med midler fra Handelens miljøfond ble dette mulig, sier Bach, og forteller videre at sandsekkene i dag flettes av Cỏ Bàng-gress, som vokser naturlig over store deler av Vietnam..

Løsningen er enkel, men bærekraftig og genial. Miljøpåvirkningen reduseres til null, samtidig som det har skapt stabile inntekter for lokalsamfunnet.

– Vi samarbeider med en landsby som har brukt Cỏ Bàng-gress til å lage produkter som vesker, matter og andre gjenstander i hundrevis av år. Sammen kom vi på ideen om å produsere sandsekker av Cỏ Bàng, sier Bach.

EN MILJØUTFORDRING ER LØST. Cỏ Bàng-gress er miljøvennlig fra A til Å. Ikke bare kan rester av gresssekker uten problemer bli liggende igjen etter en eksplosjon. Sekkene er også produsert for hånd, fra høsting til fletting. Det jobbes nå for å redusere produksjonskostnader slik at Vietnam-programmet

kan erstatte alle sandsekker laget av plast. Hittil er det kjøpt inn 13 000 sandsekker av Cỏ Bàng-gress, mens programmet trenger 50-60 000 sekker per år.

– Ved å bruke sekker av Cỏ Bàng-gress, unngår vi utslipp fra maskinell produksjon. Gresset er også en naturlig gunstig plante da det absorberer og binder karbondioksid, og beskytter både våtmarker og sumpområder der det vokser, forteller Bach.

Cỏ Bàng-gresset bidrar til å opprettholde vannkvaliteten og hindre erosjon ved å stabilisere jordsmonnet.

– Dette er spesielt viktig i områder som er utsatt for flom, noe som er svært vanlig i store deler av Vietnam. Ved å bruke Cỏ Bàng-gress til produksjon av sandsekker, er en av miljøutfordringene løst, sier Bach.

FLERE SPENNENDE PROSJEKTER. Udetonerte eksplosiver som ennå ikke er funnet, er ikke bare en eksplosjonsfare, men også en miljøfare. Når disse eksplosivene med tiden brytes ned, kan tungmetaller og sprengstoffrester lekke ut i jordsmonn og vannkilder. Dette kan forurense landbruksjord, truer drikkevannsforsyninger og kan forårsake helseproblemer for både mennesker og dyr. Norsk Folkehjelp Vietnam har også startet flere andre spennende prosjekter.



Den første fredagen i hver måned arrangerer de en grønn dag – Green Day. Denne dagen deltar alle ansatte i ulike miljøaktiviteter. Det kan være for eksempel opprydding av søppel, besøk i nasjonalparker eller omvisning på bevaringsprosjekter – alt for å øke organisasjonenes kunnskap om miljø- og klimaendringer.

– Målet med Green Day er å gi alle ansatte tid til aktivt å lære om miljøspørsmål på lokalt nivå. Dette øker bevisstheten om klimaendringer og hvordan vi kan bidra til å støtte lokalsamfunnet, forteller Bach.

KARTLEGGER MILJØPROBLEMER. Et annet prosjekt, som for tiden er i testfasen, er Norsk Folkehjelp Vietnams nye tilnærming til kartleggingsarbeid for å identifisere udetonerte bomber. Det har fått navnet Total Mine Action Survey [TMAS], hvor målet er å samle inn informasjon som kan øke kunnskapen om områdene det jobbes i, kartlegge regioner med miljøproblemer og finne måter å gi ytterligere støtte til berørte lokalsamfunn på.

– Informasjonen gir oss en oversikt over ulike miljøproblemer. Dermed blir det lettere



↑ **SPRENGSTOFF:** TNT legges over de udetonerte eksplosivene.

← **GJØR KLAR TIL DETONASJON:** For gjøre minst mulig skade dekkes det til med både sand og sandsekker.

OVERVÅKING AV UTSLIPP. Nylig har Norsk Folkehjelp Vietnam utviklet et system for overvåking av utslipp, for å spore energiforbruket. Systemet overvåker utslipp av elektrisitet, vann og drivstoff.

– Vi ble overrasket over karbonutslippene våre, og så en mulighet til å redusere dem ved å utforske grønnere alternativer, som drivstoffeffektive kjøretøyer, elektriske kjøretøyer og å redusere unødvendige flyreiser, sier Bach.

Bach og teamet hans i Vietnam samarbeider tett med Norsk Folkehjelp sentralt for å videreutvikle systemer som brukes på globalt nivå. Dette hjelper Norsk Folkehjelp med å identifisere og redusere klimagassutslipp, og gjør det lettere å ta grep for å minimere miljøpåvirkningen.

– Prosjektene våre viser hvordan en organisasjon som vår kan bidra til bedre klima og miljø. Aktivitetene gir oss en dypere forståelse av – og forpliktelse til – en god miljøforvaltning i jobben vi gjør hver dag, forteller Bach.

FORTSATT MYE SOM GJENSTÅR. Selv om mye er oppnådd, er det fortsatt utfordringer som må løses i Vietnam. Klimaendringene er en økende trussel i et land der tusenvis av eksplosive rester fra tidligere kriger fortsatt er begravet i bakken. Flom og forflytting av jordmasser vil fort kunne forverre situasjonen, og fokus på klima og innovative løsninger er viktigere enn noen gang.

– Jeg håper at vi i nær framtid vil ha et klima- og miljøfokus i alle deler av mineryddingen, sier Bach.

Heldigvis er det gode krefter i sving, og Norsk Folkehjelp Vietnam har allerede bevist at det er mulig å kombinere minerydding med miljøvern.



↑ **IKKE PLASTRESTER:** Eksplosjonen sprer rester av Cỏ Bàng-gress utover et stort område.

for oss å utføre jobben på en mest mulig skånsom måte for miljøet, forteller Bach.

Informasjonen rapporteres til lokale myndigheter, og vil også kunne hjelpe lokalsamfunn til å håndtere miljøutfordringer og være bedre rustet mot klimaendringer. Norsk Folkehjelp Vietnam har også samlet inn jordprøver som testes for tungmetaller, noe som

har vakt interesse utenfor Vietnam. Lignende prosjekter gjennomføres nå av Norsk Folkehjelp og andre organisasjoner i Ukraina.

– Vi vil fortsette å utforske hvordan ulike klima- og miljøutfordringer kan løses. Å utvikle gode, innovative løsninger er den mest effektive måten å inspirere og påvirke andre på, mener Bach.

Grønn aktivitet i lokallagene

De samfunnsengasjerte lagene i Norsk Folkehjelp har lenge markert seg i lokalsamfunnet med sin innsats mot rasisme og diskriminering og for inkludering av flyktninger og innvandrere. At mange lag også er engasjert i klima- og miljøarbeid, er kanskje ikke like godt kjent?

MORTEN ØDEGAARD [tekst]

Frivillige ildsjeler i Norsk Folkehjelp arrangerer språkkaféer, kinobesøk, svømmeopplæring, fjell- og fisketurer, besøk hos eldre, ulike typer idrett og førstehjelpsopplæring, for å nevne noe. Alle aktivitetene er viktige tiltak for et bedre samfunn.

Med alt som skjer, har de frivillige mer enn nok å drive med. Men mange av dem er også opptatt av klima og miljø – uten at det går på akkord med de øvrige aktivitetene.

INGEN BRUK AV ENGANGSSERVISE. Norsk Folkehjelp Sunnhordlands språkkaféer har så mange deltakere at det egentlig er duket for bruk av papptallerkener og plastbestikk. Men det vil laget ikke ha noe av.

– Vi bruker ikke engangsservise, men servise som er tilgjengelig i lokalene. Frivillige lag og organisasjoner får gratis tilgang til kommunale lokaler, og lokalene er utstyrt med alt som trengs av kopper, glass og tallerkener, forteller Susan Abdallah, leder av Norsk Folkehjelp Sunnhordland.

Alt som kan brukes flere ganger får en tommel opp fra Sunnhordland-laget. Og det

gjelder ikke bare servise. Her lager de også nye handlenett med stoff fra gamle 1. mai-paroler.

– Flere av parolene skal ikke brukes om igjen. Og da er det fornuftig å lage handlenett av dem, mener Abdallah.

– Det beste er om vi kan flette inn klima og miljø i aktiviteter vi allerede har, da er det lettere å få det til.

UNNGÅR MATSVINN. I Norsk Folkehjelp Sunnhordland tar de seg også god tid til å kilde-sortere alle matrester, og de kjøper inn mye frukt, for det blir som regel spist opp. Det som blir til overs, tar folk med seg hjem.

– Vi har en god relasjon til folk, og derfor er det lett å spørre om noen vil ta med seg litt frukt hjem. På den måten unngår vi matsvinn, sier Abdallah.

Det som er til overs etter språkkaféer og andre treff deles ut til dem som vil ha. Står det for eksempel en kake igjen, kan den leveres på sykehjemmet ved siden av. Store mengder mat kan være vanskeligere å bli kvitt, som for eksempel ved ettårsmarkeringen av krigen i Ukraina i fjor, da det stod igjen en stor suppegyte med borscht.



↑ **MAT OG PRAT:** Anastasiia Padafa møter andre ungdom i Leirvikstova. FOTO: NORSK FOLKEHJELP SUNNHORDLAND



↑ **KLESBYTTE:** Kongsvinger-ordfører Elin Såheim måtte også ta turen innom klesbyttedagen i Kongsvinger sentrum. FOTO: MONICA OLSEN

– Vi lurte litt på hva vi skulle gjøre med den, men så tok vi med oss gryta til Litlabo mottak for enslige mindreårige asylsøkere. De som bor der deltar sjelden i våre aktiviteter, fordi det er et stykke å gå. Da vi kom inn døra, kunne ungdommene lukte maten, og



...mmen i ungdomsgruppa i NF Sunnhordland på fredager



↑ **BESØK:** Det er stor interesse for Bodø Økologiske Besøkshage. FOTO: NORSK FOLKEHJELP BODØ

da kom de bort til oss med en gang. Det var veldig fint, forteller Abdallah.

ØKOLOGISK MATPRODUKSJON I BODØ. Det er miljøvennlig å ikke kaste mat. Men klima og miljø handler også om hvordan maten produseres. I Norsk Folkehjelp Bodø er de opptatt av økologisk jordbruk.

– Vi har lært å dyrke ulike typer frukt og grønnsaker i Bodø Økologiske Besøkshage. Akkurat nå er vi i gang med potetdyrking. I våres besøkte vi lokale bønder, og så satte vi poteter like før sommeren. Den første uka i juli hyppet vi potetene, og til høsten blir det opptak. På den måten følger vi hele prosessen, og lærer om hvordan vi kan produsere mat til eget forbruk, forteller Margarita Basista, aktivt medlem av lokallaget i Bodø, og en av dem som driver språkkaféen.

ØKOLOGISK MAT. I tillegg til potetdyrking er Bodø-laget opptatt av ulike temaer som dreier seg om matproduksjon, som «Brød», der alle deltakerne får i oppgave å finne fram en oppskrift på brød fra sitt hjemland. På den måten lærer alle om ulike typer korn og mel, og hvordan de kan bake sitt eget brød. De blir



↑ **ØKOLOGISK MATPRODUKSJON:** Opplæring i Bodø økologiske hager. FOTO: NORSK FOLKEHJELP BODØ

TEMA: Lokale klima- og miljøaktiviteter

kjent med ulike kulturer, samtidig som de er med på å ivareta sin egen.

– Vi har også hatt temaet «Syltetøy», der vi har laget vårt eget økologiske syltetøy med selvplukkede frukt og bær fra den lokale marka, forteller Basista.

ALLE BARN FÅR SYKLER. 60 mil lenger sør, i Malm i Steinkjer kommune, er det noe annet enn syltetøy de får med seg hjem. Her er det nemlig sykkelutdeling for alle nyankomne barn.

– De fleste barn i Norge får seg en sykkel når de blir gamle nok. Derfor har vi fått til en avtale med XXL på Steinkjer, hvor vi har fått kjøpe rimelige sykler. Dermed kan alle nyankomne barn få en ny sykkel, på like fot med de andre barna, forteller Walfred Andersson, leder for Norsk Folkehjelp.

Sykling er en miljøvennlig aktivitet, som det er både fint og viktig at barna lærer seg. Lokallaget i Malm arrangerer også fisketurer for flyktninger, tilflyttere og innvandrere, i tillegg til alle de andre aktivitetene som finner sted hver onsdag.

– De elsker å fiske. Og det er både økologisk og gratis. Bare se hva oppdrettsfisken koster på butikken. På fisketurene våre får deltakerne både økologisk torsk, sei og hyse. Det var til og med en som fikk en ørret på to kilo, forteller Andersson fornøyd.

PLASTPIRATER I KONGSVINGER. Enda 60 mil lenger sør foregår det mange aktiviteter i regi av Norsk Folkehjelp Kongsvinger. Laget driver blant annet språkkafé, og arrangerer familiedager og sommer- og juleavslutninger. Og miljøvennlige aktiviteter blir det også tid til, som ryddedag med plastpirater.

– Nå i våres hadde vi ryddedag i Kongsvinger sentrum, og det syntes folk det var fint å være med på. Barn og voksne holdt på i to timer, og plukket en hel henger full med avfall. Ungene fikk hansker, gul vest og plukkestav. Etterpå fikk de diplom som bevis på at de er ekte plastpirater, forteller Monica Olsen, styremedlem i Kongsvinger-laget.

OMBRUKSUKKE OG KLESBYTTEDAG. Folkehjelperne i Kongsvinger er også med på å arrangere både ombruksuke og klesbyttedag. På den måten blir det kastet færre klær, samtidig som folk synes det er fint å få noen plagg de ikke har hatt tidligere.

– Vi har vært med de tre siste gangene. Hele 600 plagg byttet eier bare i Kongsvinger.



↑ **PLASTPIRATER:** Ekte plastpirater på jobb i Kongsvinger. FOTO: MONICA OLSEN



↑ **BLOMSTER OG BÆR:** På besøk i Bodø økologiske hager. FOTO: NORSK FOLKEHJELP BODØ

Det er et veldig bra tiltak, og vi har bare fått gode tilbakemeldinger. Barna blir også mer og mer engasjerte i dette, forteller Olsen.

Selv om det var flest lokale innfødte som deltok på den forrige klesbyttedagen, håper Olsen på at flere flyktninger får øynene opp for det populære tiltaket. Når klær brukes på nytt og erstatter nykjøp, er det bra for miljøet. Laget er også involvert i andre tiltak for gjenbruk av klær.

– Vi støtter en systue som syr om klær, tre dager i uka. Vi er med å betale husleia. Anne, som driver systua, er vara i styret vårt. Deltakerne er innvandrere i Kongsvinger kommune, både bosatte og beboere på mottaket. På systua snakker de bare norsk mens de syr om og reparerer klær og stoffer, forteller Olsen.

Omatt systue, som er et samarbeid mellom Norsk Folkehjelp og Human-Etisk Forbund, får brukte stoffer og møbler fra befolkningen i Kongsvinger. I systua er alt gjenbruk.



↑ **«GENERASJON GRETA THUNBERG»:** Ingen skal komme og si at Greta Thunberg-generasjonen er død. Her gir Ola Matteo Benoni Hasler fra Solidaritetsungdommen i Kristiansand klar beskjed om det på demonstrasjon mot Ola Svenneby's uttalelse om «generasjon Greta Thunberg»

FOTO: EMILIE TARINA

– Det er fint å kunne bidra med noe, å vite at vi faktisk kan gjøre en forskjell for noen. Det gjør godt i hjertet, sier Monica Olsen.

KLIMA OG MILJØ ER GRUNNSTEINEN. Helt sør i Norge, i Kristiansand, reiser Solidaritetsungdommen kun kollektivt. De har også bestemt seg for å bare ha vegetarmat på alle møter.

– Klima og miljø er grunnsteinen i alle valgene vi tar, ikke minst når vi sitter på årsmøtet og planlegger hvordan neste år skal se ut, forteller Sarah Taif, leder av Kristiansand Solidaritetsungdom. – Vi tror på forskningen som beviser at klimaendringene er menneskeskapt og at klimakrisen må løses i fellesskap. Det er mange av oss som har klimaangst og er veldig redde. Det er jo vi som skal overta denne kloden.

Solidaritetsungdommene har også arrangert gjenbruks-juleverksted og deltatt i klimademonstrasjoner for å vekke både politikere og vanlige folk.

– Vi er en gjeng med ungdom som engasjerer oss veldig. Vi vil at samfunnet skal bli mest mulig solidarisk. Uansett hvilke andre kamper vi kjemper, vil bærekraft alltid være nødvendig for å nå framtidsmålene våre. Hvis jorda blir ulevelig, er alt annet mindre viktig, understreker Taif.



↑ **PAROLER:** Kvinnenettverk med fokus på resirkulering og gjenbruk - her er Nika Filonenko med ny sydd handlenett laga av parolestoff.

FOTO: NORSK FOLKEHJELP SUNNHORDLAND

IDEBANK: GRØNNE AKTIVITETER

Norsk Folkehjelps visjon er Solidaritet i praksis, og det å kjempe mot klima- og miljødeleggelse er derfor en naturlig del av vår frivillige innsats. Grønne aktiviteter kan være stort og smått som bidrar til å sette klima og miljø på dagsorden, og det kan gjerne integreres som en del av de aktivitetene lagene uansett driver med. En rekke lokallag gjør allerede mye på dette feltet, og denne idebanken er tenkt som en inspirasjonskilde til å sette et ekstra trykk på dette feltet i 2024. Det er ikke satt av egne midler sentralt, men flere lokallag har søkt lokale/fylkeskommunale midler til flere av de aktivitetene som er listet under.

Generelle grønne aktiviteter

- › Foredrag om rettferdig grønn omstilling med lokale politikere og fagforeninger
- › Temakveld om klima med en akademiker (heller fagperson?) i ditt område
- › Samarbeid med et sanitetslag om hvordan deres arbeid påvirkes av klimaendringer
- › Hva kan vi gjøre med tap av natur? Inviter lokale politikere [dette kan gjerne gjøres ute i naturen]
- › Vegetarisk matlagingskurs
- › Strandryddedag/plastaksjon
- › Inspirasjonstur til nabolokallag ved bruk av kollektivtrafikk

Grønne inkluderingsaktiviteter

- › Språkkafé om kollektivtrafikk
- › Sykkelkurs for flyktninger
- › Feltbesøk til renovasjonsverket for å lære om resirkulering
- › Gjenbruksmarked/byttekveld
- › Sykurs/strikkekurs med fokus på reparasjon av klær

Grønn internasjonal solidaritet

- › Temakveld om hvordan klimaendringene fører til urettferdighet
- › Grønne investering og brudd på menneskerettigheter
- › Bistandsbudsjettet under press på grunn av økte klimainvesteringer

Ungdommen tar styring:

Krever beskyttelse for k

Klimakrisa er her og nå, og Norsk Folkehjelp Solidaritetsungdom tar opp kampen for rettferdig omstilling og klimaflyktningers rettigheter. Med rekordmange nye medlemmer og lokallag over hele Norge, viser ungdommen vei for en mer solidarisk framtid.

LUDVIG GUNDERSEN [tekst og foto]

Menneskeskapte klimaendringer skaper stadig mer ekstremvær og ubeboelige områder verden over. Verdensbanken anslår at 140 millioner mennesker må flykte fra sine hjem på grunn av oversvømmelser, tørke, stormer og jordskjelv innen 2050. Noen estimater går enda lenger og viser til en hel milliard.

Klimakrisa skjer nå, og er ikke en hypotetisk problemstilling som kan skje en gang i framtida. Dette er en av grunnene til at Norsk Folkehjelp Solidaritetsungdom (Solung) på sitt årsmøte bestemte at en rettferdig omstilling i klimakampen og bedre rettigheter til klimaflyktninger skulle være deres hovedkampanje i 2024.

– Klimaendringene gjør flere steder i verden ubeboelige, med tørke, flom og ekstreme temperaturer, noe som fører til at mennesker må flykte. I dag finnes ikke begrepet «klimaflyktning» i juridisk forstand, og de har derfor ikke flyktningstatus og heller ingen rett på beskyttelse, noe de fortjener, problematiserer leder for Solidaritetsungdom, Amanda Hylland Spjeldnæs.

Solung krever at norske politikere setter dette på dagsordenen og bidrar til at internasjonale avtaler som gir klimaflyktingene beskyttelse kommer på plass.

DYSTRE TIDER. Aldri før har det vært flere mennesker på flukt i verden, ulikhetene øker, høyreekstreme krefter er på frammarsj, 2023 var planetens varmeste år noen sinne, og dommedagsklokka viser 90 sekunder på midnatt.

– Vi er nærmere dommedag enn vi noen gang har vært, og det absurde er at det er menneskeskapte forhold som gjør det slik,



↑ **ENGASJEMENT:** Leder for Norsk Folkehjelp Solidaritetsungdom, Amanda Hylland Spjeldnæs, ser at engasjementet hos ungdommen framdeles er stort.

sier Sofie Fjellblome Nordvik, talsperson for organisasjonen Nei til Atomvåpen.

Hun setter ord på det flere nok tenker. Den ene krigen etter den andre melder sin ankomst. Og en rekker nesten ikke å få delt ut nødhjelp til et kriseramme område før en ny naturkatastrofe inntreffer et helt annet sted på planeten.

Men i Solung er engasjementet stort. De fikk en knallstart på 2024, og kunne vise til en enorm vekst allerede drøye to måneder inn i året. 40 nye medlemmer og to nye lokallag har det blitt.

Engasjementet er stort blant norsk ungdom generelt, kan Spjeldnæs fortelle.

– Jeg tror at flere har sett at det er behov for Solidaritetsungdommen, og har lyst til å være med i kampen for et mer solidarisk samfunn, sier hun.

TRENGER GODE TILBUD TIL UNGDOM. Mira Kaysoun var med på å starte opp Solidaritetsungdom Bodø, og er ikke i tvil om at lokallaget har mye å bidra med for å aktivisere unge mennesker.

– Jeg har bodd i Bodø i halvannet år, og så



ingen muligheter for ungdom til å engasjere seg på samme måte som du kan i Solidaritetsungdom, sier hun.

Hun mener at Solung er viktig for å engasjere ungdommene i Bodø for Palestina og andre kriser i resten av verden.

– Og antirasisme. Dette er ikke i søkelyset i Bodø. Det trenger vi i her!

Sarah Taif, som sitter i Norsk Folkehjelp Solidaritetsungdoms sentralstyre, var med på å starte lokallaget i Arendal og Kristiansand; det sistnevnte er hun nå leder for. Taif forteller at det også i Kristiansand manglet gode tilbud for ungdommen i byen.

– Det fantes generelt lite av slike tilbud på Sørlandet, mener hun.

Taif forteller at det gir henne mye energi å være aktiv, og samtidig er det viktig at de unges stemmer blir lyttet til.

– Mye går i feil retning når det gjelder likestilling, det som skjer i Gaza og kriger rundt

Klimaflyktninger



↑ **Hovedkampanje:** Solidaritetsungdommen i Norsk Folkehjelp krever at norske politikere setter klimakrisen på dagsordenen og bidrar til at internasjonale avtaler som gir klimaflyktningene beskyttelse kommer på plass.

om i verden – vi er på feil kurs på veldig mange områder, sier hun.

KLIMA ELLER FEMINISME? I tillegg til å bestemme temaet for hovedkampanjen i 2024, ble det også vedtatt en svært omfattende politisk plattform på Solungs årsmøte. Antirasisme og mangfold, human asylpolitikk, kampen for Palestina, nedrusting og en rettferdig klimakamp, for å nevne noe.

Sarah Taif, leder for Solidaritetsungdom Kristiansand, fremmet også et endringsforslag til hovedkampanjen om feminisme og likestilling. Selv om klimakampen vant fram, fikk kvinners og skeives rettigheter en sen-



↑ **MULIGHET:** Mira Kaysoun mener at Solidaritetsungdom er eneste måten for ungdom i Bodø å engasjere seg for temaer som antirasisme og Palestina. FOTO: PRIVAT

HVORFOR ER DET VIKTIG AT UNGDOM ENGASJERER SEG?

Ole Håvard Furuset Bergan,
Solidaritetsungdom Bergen



Det er bare å se på klimabrølet. Det var en sensasjon. Der så vi hva ungdom kan få til, gjennom skolestreiken, for eksempel. Det fikk politikerne til faktisk å gjøre noe. Det er et godt bevis på at ungdom er sterke når de står sammen. De voksne hadde nok ikke fått like stor innvirkning som de unge fikk i denne saken.

Shakib Badr, *Solidaritetsungdom Sunnhordland*



Alle har en stemme, og du må kunne bruke stemmen din til å påvirke politikken, for da kan vi få til endring og positive resultater. Det er viktig med ungdomsengasjement, for da kan vi være med på å bestemme og ikke overlate alt til de voksne.

Gabriela Rumenova Angelova,
Solidaritetsungdom Sunnhordland



Det er viktig at ungdom engasjerer seg i dagens samfunn fordi vi er mange og de voksne vil høre stemmene til de unge også. Når vi engasjerer oss, viser vi for de voksne at saker er viktige – vi er framtida fordi vi fremdeles vokser opp, og det vi gjør nå påvirker framtida.

William Fredriksen,
Solidaritetsungdom Kristiansand



Det er veldig viktig fordi ungdom ofte har andre perspektiver enn voksne, og de voksne burde høre på ungdom fordi det er viktig å ta oss med i debatten.

Salman Chaudry,
styremedlem Solidaritetsungdom



Det er viktig fordi det har en bærekraftig effekt. Om vi begynner for sent med å bidra til å at unge mennesker blir aktive, kommer engasjementet til å dale. Men om vi begynner tidlig, kan vi bygge en sterk struktur i norsk frivillighet.



↑ **MOTFORSLAG NEDSTEMT:** Sarah Taif, leder for Solidaritetsungdom Kristiansand, fremmet også et endringsforslag til hovedkampanjen om feminisme og likestilling. Selv om klimakampen vant fram, fikk kvinners og skeives rettigheter en sentral plass i den politiske plattformen.

tral plass i den politiske plattformen.

– Jeg synes det var veldig gøy og spennende å fremme et motforslag. Klimaflyktninger er også en veldig viktig sak. Jeg er ikke redd for at likestilling blir nedprioriter, og jeg skal jobbe mye både i styret og i lokallaget for at vi skal jobbe med kvinner og skeives rettigheter, sier hun.

SKAL PÅVIRKE POLITIKKEN.

Solung-leder Spjeldnæs synes det er positivt at det ble diskusjoner om årets hovedkampanje. Og hun understreker at Solung ikke har planer om å bli en ren klima- og miljøorganisasjon.

– Det er jo mange som jobber med klima, men det er ikke så mange som jobber med nettopp denne vinklingen. Vi gleder oss til å bidra til å sette rettferdig omstilling og klimaflyktnings rettigheter på dagsordenen, og ikke minst oppfordre Norsk Folkehjelp til å jobbe mer med denne tematikken.

Samtidig har årets tema vært utfordrende å jobbe med, kan hun fortelle, da det finnes færre fakta og mindre informasjon om klimaflyktninger, sammenlignet med tematikken for tidligere hovedkampanjer. Solung har derfor inngått et samarbeid med andre

organisasjoner som jobber med klima og solidaritet.

– Målet med denne kampanjen er å koble flere aspekter rundt klimakrise og flyktninger sammen, forteller Spjeldnæs.

Planen er å lansere kampanjen på solidaritetskonferansen i september gjennom en fysisk aksjon. Deretter skal medlemmene ta kontakt med, informere og oppfordre politikere til å sette saken på dagsordenen.

– Vi startet arbeidet allerede under Arendalsuka, hvor vi møtte flere ungdomspolitikere og ungdomsorganisasjoner for å diskutere temaet. – Klimaflyktninger blir ikke diskutert mye i norsk politikk, og det er ganske utfordrende å finne organisasjoner og personer som har god kompetanse på dette området. Dette viser at det absolutt er et behov for at organisasjoner og politikere snakker mer om dette. Vi trenger økt forskning på temaet, kompetansebygging, og flere som tenker sammen.

Spjeldnæs mener kampanjen har potensial til å engasjere mange.

– I sommer har vi stått på stand og snakket om kampanjen. Mange har vist et stort engasjement og har lyst til å bidra, sier Spjeldnæs.

FENIX LIGHTING FOR EXTREMES **LYS OPP I MØRKET MED KVALITETSLYKTER FRA FENIX**

HÅNDLYKTER // HODELYKTER // SYKKELLYKTER // CAMPINGLYKTER

LYKTER TIL SØK OG REDNING

Kraftig og kompakt lykt med bred stråle. Hele 10.000 lumen!

LR35R

- 10.000 lumen
- 500m maks rekkevidde

VEIL. PRIS

kr 2.850,-

Terningkast 6 Jeger 1/2022

Superkraftig hodelykt med separat batteriboks og hele 4000 lumen!

HP35R

- 4000 lumen
- 450m maks rekkevidde

VEIL. PRIS

kr 3.300,-

Tilgjengelig i to versjoner

Spesialpriser til Norsk Folkehjelp lokallag. **KONTAKT OSS!**

PULSAR TERMISK TEKNOLOGI

Termiske kikkerter fra Pulsar

– Perfekt til søk og redning!

REKKEVIDDE 1300 M

TELOS XQ35

Veil. pris fra 21.000,-

REKKEVIDDE 2300 M

TELOS XG50

Veil. pris fra 32.000,-

REKKEVIDDE 1800 M

TELOS XP50

Veil. pris fra 36.500,-

REKKEVIDDE 2300 M

TELOS XL50

Veil. pris fra 51.000,-

Spesialpriser til Norsk Folkehjelp lokallag

KONTAKT OSS!

Pulsar egenskaper

- Hurtigstart, bilde innen 3-4 sekunder
- WiFi og video på alle enheter
- Temperaturtoleranse -25 til +40/50
- Utskiftbare ladbare batterier
- Vannett IPX7
- Norsk meny på alle enheter

[@PulsarVisionNorway](#)
[@pulsar.vision.norway](#)
[pulsarvision.no](#)
[PulsarVision](#)

HD HD-sensor

TENO ASTRO

Teno Astro AS
Industriveien 8b
6517 Kristiansund N

Tlf.: 71 56 57 10
post@tenoastro.no
www.tenoastro.no

SPESIALPRISER TIL NORSK FOLKEHJELP LOKALLAG. KONTAKT OSS!



LO Norge



Et godt arbeidsmiljø
og topp sikkerhet
– to sider av samme sak

 Norsk Lokomotivførerforbund



Norsk Nærings- og
Nytelsesmiddelarbeiderforbund



AAF | Arbeiderbevegelsens
Arbeidsgiverforening



Norsk
Jernbaneforbund



Skolenes landsforbund
Skuvllaid riikkalihttu | Skoleforbundet i LO

LO Media 

ANNONSER

Norsk Folkehjelp takker for støtten fra lokale klubber og foreninger



Fellesforbundet

Avd. 57 Nord Rogaland



Fellesforbundet

Avd. 5



Avd. 3
Møre og Romsdal



Fellesforbundet

Avd. 23 Raufoss J & M – www.ff23.no



Fellesforbundet

Marinestasjonen



Fellesforbundet

Avd. 19 Sogn & Fjordane Fagforening



Fellesforbundet

Avd. 25 Stavanger



Norsk
Tjenestemannslag

Norsk Medisinaldepot



Fellesforbundet

Avd. 26 Østfold Fagforening



Fellesforbundet

Oslo Grafiske Fagforening



Norsk
Tjenestemannslag

Mattilsynet



Fellesforbundet

Avd. 53 Nordre Nordland og Sør-Troms



Fellesforbundet

Avd. 43 Øvre Buskerud Fagforening



Avd. 91 Bodø



Fellesforbundet

Avd. 108 Innherred Fagforening



FAGFORBUNDET

Frogn



Avd. 15 Innlandet



Fellesforbundet

Avd. 185 Flyarbeidernes Forening



Avd. 21 Fredrikstad



Fellesforbundet

Avd. 29 Søre Sunnmøre



Avd. 40 Kristiansund



Fellesforbundet

Avd. 747 Unionen Fagforening



Fellesforbundet

Avd. 75 Halden Fagforening



ELog IT

Hordaland/Sogn og Fjordane

Elektroarbeidernes Fagforening

Norsk Folkehjelp takker sine hovedsamarbeidspartnere



– fellesskap i hverdagen



OM NORSK FOLKEHJELP

Norsk Folkehjelp er fagbevegelsens humanitære solidaritetsorganisasjon. Vi jobber med internasjonalt utviklingsarbeid, humanitær mine-rydding, sanitet og redningstjeneste, integrering og asyl. Norsk Folkehjelp har mer enn 15 500 medlemmer i Norge og 2200 ansatte i over 40 land.

OM APPELL

Appell er et fagblad for Norsk Folkehjelps medlemmer, ansatte, samarbeidspartnere og støttespillere. Formålet med Appell er å formidle Norsk Folkehjelps synspunkter og bidra til intern og eksternt debatt omkring de standpunkt organisasjonen tar. Appell skal ha en fri og kritisk dekning av Norsk Folkehjelps aktiviteter nasjonalt og internasjonalt og etterstrebe å gi et realistisk bilde av resultatene av Norsk Folkehjelps arbeid og ressursinnsats.

HER FINNER DU OSS:

Norsk Folkehjelps regionkontorer nåes på tlf.: 22 03 77 00

REGION NORD

Postboks 6166,
9291 TROMSØ
regionkontoret.nord@npaid.org

REGION MIDT-NORGE

Olav Tryggvasonsgate 5,
7011 Trondheim
regionkontoret.midt@npaid.org

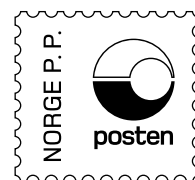
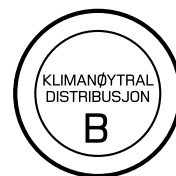
REGION VEST

Lars Hillesgt. 19, 3. etg, 5008 BERGEN
regionkontoret.vest@npaid.org

REGION ØST OG KURSKONTORET

Besøksadresse: Folkets Hus, Hunndalen
Postadresse: Pb 611, 2809 GJØVIK
regionkontoret.ost@npaid.org
kurs@npaid.org

Returadresse:
Norsk Folkehjelp
Postboks 8844, Youngstorget
0028 OSLO



Etter et langt liv er det mye du etterlater deg.

Solidaritet kan være noe av det.



ERNØ Foto: fotografene Lillian & Lana

Gjennom en testamentarisk gave til Norsk Folkehjelp kan du bidra til at solidariteten lever videre etter at du selv har gått bort. Vil du vite mer om hvordan du kan tilgodese Norsk Folkehjelp se www.folkehjelp.no eller ring **22 03 77 00**.



Norsk Folkehjelp