

När du får en vän

Vändagskampanjen 2023–2025

Allt fler känner sig ensamma.

Ensamhet förknippas inte med en viss ålder eller livssituation. Vem som helst kan vara ensam, men lyckligtvis kan vem som helst även hjälpa.

Vändagskampanjen – utgångspunkter

- **Varför?** Ensamhet är en tragedi för individen och ett samhällsligt problem. Vi behöver nya frivilliga till vänverksamheten.
- **Vad?** Med hjälp av kampanjen lyfter vi upp ensamhetsproblemet och väcker intresse för Röda Korsets vänverksamhet.
- **För vem?** Kampanjen riktas i första hand till människor som skulle vara intresserade av vänverksamheten och potentiellt bli nya frivilliga inom den.
- **När?** Kampanjen ordnas runt vändagen när temat är aktuellt i samhället.

Kampanjens **främsta** mål

- **Effektivitetsmål:**
öka kunskap om ensamhet som fenomen
- **Funktionellt mål:**
rekrytera nya frivilliga till vänverksamheten
- **Varumärkesmål:**
stärka Röda Korsets roll i ensamhetsarbetet och som expert inom området

Kampanjens **andra** mål

- **Effektivitetsmål:**
prata modigt om ensamheten och minska skam relaterad till den
- **Funktionellt mål:**
samla in medel för hemlandsarbetet
- **Varumärkesmål:**
öka kännedomen om Röda Korsets mångsidiga ensamhetsarbete

Sammanfattning

Känslan **av** **att du får en vän.**

Bli vän till någon som är ensam.

Vänverksamhetens mönster



**När du får en vän –
evenemang på
avdelningarna**

Rekrytera nya människor med hjälp av evenemang

- Vändagsevenemangen är öppna och lätt tillgängliga mötesplatser som presenterar vänverksamheten och Röda Korsets övriga frivilligverksamhet.
- Ett vändagsevenemang är ett fint tillfälle att få med nya människor som frivilliga och medlemmar i avdelningens verksamhet.
- Kom ihåg att dela fotografier och stämningar från evenemang och möten i sociala medier!
- Samla ett gäng som planerar evenemanget. Be även nya människor att komma med och planera.
 - Nya vänner som har anslutit sig under året och övriga frivilliga. Även de som har skapat en profil i Oma.
 - Skolor och läroanstalter.
 - Lokala samarbetspartner.

Alla med!

- **Varje ny frivillig är guld värd.** Introducera de nya till verksamheten med hjälp av erfarna frivilliga.
- Personliga inbjudningar! Det är mest effektivt att bjuda in någon personligen.
- Ordna Vänkurser och kursen Lär känna Röda Korset genast efter evenemanget. Det är bra att ge folk en lapp med tid och plats för kursen eller uppmana dem att ta en bild av kursinformationen med mobilen.
- **Centralbyrån betalar ut ekonomiskt stöd till de avdelningar som organiserat evenemang.** Stödet betalas för faktiska kostnader. Högst 150 euro kan erhållas i stöd. Stödet betalas även för evenemang som hålls i mars. Se mer detaljerade anvisningar [i materialbanken.](#)

Nytt 2025

Erövra ett äldreboende-evenemanget i servicehus

- Erövra ett äldreboende-evenemanget ger glädje och omväxling i vardagen för äldre som bor i servicehus.
- Syftet med evenemanget är att fästa uppmärksamhet på hur Röda Korsets vänverksamhet bryr sig om invånarna i servicehus och vill pigga upp dem även under svåra tider.
- Evenemanget minskar den ensamhet som är vanlig hos personer som bor i servicehus.
- Under erövringen kan man gå ut med servicehusets invånare eller ordna ett evenemang och besöka invånarna i deras rum. Vem som helst kan ordna erövringen, till exempel just du!

Avdelningarnas infowebbinarium och morgonsamlingar i skolor

- Infowebbinarium för avdelningarna **ons. 29.1.2025 kl. 17.30–18.30.**
 - Vi hoppas att utöver frivilliga inom vänverksamheten även frivilliga inom andra verksamhetsgrupper deltar.
 - Låt oss göra vändagen till ett gemensamt evenemang för hela avdelningen och ta med alla som är intresserade av Röda Korset i olika verksamhetsformer.
 - Frivilliga vänner är den största enskilda frivilliggruppen och således en viktig del av vår hjälpberedskap.
- Distansmorgonsamlingar i skolor på vändagen 14.2
 - För lågstadieskolor
 - För högstadieskolor

Kampanjmaterial

- Tryckta kampanjmaterial – Affischer, postkort och broschyrer
 - Beställ i webbutiken senast 26.1.
 - www.rodakorsbutiken.fi
 - Produkterna visas endast för inloggade avdelningsanvändare.
- Digitala kampanjmaterial: meddelandemallar för evenemang, banners för signaturer, pärmbilder och bilder att dela i sociala medier.
 - [Finlands Röda Kors materialbank – Vändagen 2025 \(rodakorset.fi\)](http://FinlandsRodaKors.org/materialbank)

Evenemangsmodeller



Erövra ett äldreboende!

- Ta de kort som skrivits på kaféet eller torgevenemanget tillsammans till invånarna i servicehuset.
- Kombinera gemensam utomhusmotion med besöket hos invånarna.
- Bjud också utöver avdelningens vänner in nya människor med vänverksamhetens postkort.
- Efter utomhusvistelsen kan ni bjuda på kaffe i vårdhemmet och diskutera med invånarna.
- Evenemanget ger glädje åt dem som deltar i det och tar samtidigt synligt ställning för att möta andra människor.
- Dela bilder i avdelningens sociala medier, kom ihåg att be om fotograferingstillstånd.
- Glöm inte Röda Korsets frivilligvästar!
- Genomför evenemanget i flera servicehus för att få mer synlighet.
- Bjud in medier till evenemanget!



Snabb dejt/Speedfriending – nya vänner

- Snabbdejting är ett roligt och nytt sätt att bekanta sig med människor.
- Ordna ett evenemang där man kan bekanta sig med nya människor och hitta vänner.
- Ordna ett evenemang i avdelningens eller en samarbetspartners lokaler eller till exempel på en skridskobana med rosettskrinning.
- Uppmuntra deltagarna att bekanta sig med så många nya människor som möjligt.
- Bjud på något smått att äta och dricka.
- Bjud in människor på bred front i sociala medier, på anslagstavlor, arbetsplatser och vid hobbyer.
 - Det lönar sig också att bjuda in alla avdelningens frivilliga och kunder inom vänverksamheten.
 - Bjud in lokala medier!



Evenemang inom mathjälpen eller vid en hälsopunkt

- Ni kan ordna ett evenemang till exempel inom mathjälpen eller vid en hälsopunkt. På så sätt kan ni engagera nya frivilliga och personer som är intresserade av verksamheten. Hälsopunkter och mathjälpen kan besökas av människor som upplever ensamhet.
- Evenemanget kan omfatta en gemensam måltid, ett möteskafé eller korrgrillning.
- Berätta om vänverksamheten, uppmuntra människor att bli frivilliga eller delta i verksamheten.
- Dela ut vänverksamhetens postkort.
- Evenemanget kan även omfatta program för barn. Ni kan använda materialet Kompiskunskap med Mumin.
- Bjud in alla genom en öppen inbjudan.
- Bjud också in lokala medier till evenemanget.
- Dela bilder i sociala medier, kom ihåg att be om fotograferingstillstånd.



Röda Bänken

- Ordna ett Röda Bänken-evenemang på en plats där människor rör sig, såsom ett köpcentrum, en gågata eller dylik. Kom ihåg att be om tillstånd.
- Ta med er ett par stolar eller en bänk och ett bord på vilket ni kan lägga fram vänverksamhetens material. Stolarna kan vara röda eller förses med ett rött sittunderlag eller en röd filt.
- Bjud på godis eller något annat smått att äta.
- Det är bra om det finns 2–4 frivilliga på plats som bjuder in förbipasserande att sitta på bänken och prata om ditt och datt.
- Berätta om vänverksamheten och uppmuntra människor att bli frivilliga eller delta i grupper.
- Introducera besökare också för varandra och uppmuntra dem att byta kontaktuppgifter och träffas på nytt.



När du får en vän- utomhusevenemang

- Ordna ett utomhusevenemang som är öppet för alla, till exempel i en pulkabacke.
- Bjud in personer i alla åldrar: barnfamiljer, invånare i asylförläggningar samt daghem och skolor.
- Bjud på kaffe, te, varm saft eller kakao och kex eller något annat smått att äta.
- Dela ut vänverksamhetens postkort och uppmuntra deltagarna att skicka dem vidare.
- Uppmuntra deltagarna att bekanta sig med nya människor och komma med i frivilligverksamheten.
- Berätta om vänverksamheten och vänkurserna.
- Dela bilder av evenemanget i avdelningens sociala medier, kom ihåg att be om fotograferingstillstånd.
- Bjud också in lokala medier till evenemanget.



Vänner tillsammans – nya möten

- Genom vändagsevenemanget kan ni också öka kulturell förståelse.
- Ordna evenemanget på en asylförläggning eller bjud orsbor och asylsökande att ordna vändagsevenemanget tillsammans.
- Evenemanget kan ordnas exempelvis med mat- eller kulturtema.
- Skicka inbjudningar med vänverksamhetens postkort.



När du får en vän – bekanta dig med någon du inte känner

- Uppmuntra människor att bekanta sig med någon de inte känner.
- Ordna evenemanget på en livlig plats utomhus eller inomhus.
 - För samman människor parvis eller i grupper och uppmuntra dem att bekanta sig med varandra och hitta nya vänner.
 - Även frivilliga kan delta i diskussionerna, berätta om vänverksamheten och be deltagare att komma med. Inom frivilligarbetet lär man enkelt känna nya människor!
- Bjud på kaffe, te, saft och kex eller något annat smått att äta.
- Gör reklam för evenemanget på förhand i sociala medier och på anslagstavlor så att människor får veta om evenemanget.
- Dela bilder av evenemanget i avdelningens sociala medier, kom ihåg att be om fotograferingstillstånd.
- Det lönar sig att tipsa lokala medier om evenemanget på förhand.

Informera lokala medier om avdelningens vändagsevenemang

- Lokala medier är intresserade av **lokala evenemang och människorna på orten**. Bjud in de lokala medierna till ert vändagsevenemang. Berätta att ni letar efter fler frivilliga vänner i ert område.
- **Du hittar en meddelandemall för lokal kommunikation i materialbanken vid månadsskiftet januari–februari**. Gör meddelandemallen lämplig för er avdelning genom att ändra de rödmarkerade avsnitten i meddelandemallen.
- **Det är en god idé att skicka meddelandet till de lokala mediernas redaktioner i god tid, ungefär en vecka före vändagen** och vändagsevenemanget. Förbered er även på intervjuförfrågningar. De frivilliga inom vänverksamheten är intressanta intervjuobjekt för både stora och små redaktioner. Leta i mån av möjlighet efter lämpliga personer att intervjua på er avdelning och **föreslå intervjuobjekt** till media i förväg!

Berätta om ert vändagsevenemang i avdelningens kanaler i sociala medier

- Nedan finns några tips för kommunikationen om vändagen i sociala medier. Använd materialbankens bilder som kan delas i sociala medier. Ni kan också använda kampanjens webbsida i kommunikationen: www.rodakorset.fi/vandagen/.
- **Före vändagen:**
 - Berätta om ert vändagsevenemang i era kanaler i sociala medier och be folk att dela informationen vidare.
 - Berätta även om evenemanget till exempel i olika Facebook-grupper och på olika Facebook-sidor (för till exempel en stadsdel, ett köpcentrum, bibliotek eller liknande där evenemanget ordnas). På så sätt får ert evenemang synlighet.
 - Berätta om ensamhet. Ni kan till exempel dela innehållet från Röda Korsets kanaler i sociala medier och använda färdigt kampanjmaterial.

Berätta om ert vändagsevenemang i avdelningens kanaler i sociala medier

- **På vändagen:**

- Förmedla stämningar (bilder och människors erfarenheter) från evenemanget och bjud in folk till vänkurser.
- Dela till exempel artiklar om vänverksamheten ur olika medier.

- **Efter vändagen:**

- Tacka alla som deltog i vändagen.
 - Bjud in dem till en vänkurs.
- **I Finlands Röda Kors kanaler i sociala medier** kommer mycket nytt innehåll om ensamhet och vänverksamheten att delas under kampanjveckan, såsom artiklar, bilder och videor. Följ kanalerna, dela innehållet och be även andra att förmedla budskapet vidare!

Material i materialbanken

- **Videor och bilder** är effektiva kommunikationsmedel i sociala medier. Bland annat videor, delbara bilder och banners som lämpar sig för sociala medier kommer att i god tid före vändagen finnas i Finlands Röda Kors **materialbank** där man kan ladda ner dem till sin dator och fritt använda dem i sina kanaler i sociala medier. I materialbanken finns även illustrationer i anknytning till vänverksamheten som ni kan använda i er kommunikation om kampanjen.
- [Material i materialbanken](#)
- **Lycka till med kommunikationen!**

Instruktioner för att beställa en rollup

- Rolluper beställs från Next Print-systemet. Du kan komma åt systemet här.
- **Beställningsinstruktioner:**
 1. Skapa ett konto i systemet. Fyll i följande uppgifter:
 - Ditt namn / Avdelning
 - Gatuadress, postnummer och ort
 - E-postadress
 - Lösenord du själv väljer. Du kan alltid återställa ditt lösenord med knappen *Glömt lösenord*.
 2. Logga in i systemet med dina uppgifter och välj rätt produkt.
 3. När du har valt produkt, fyll i antalet produkter och leveransadress.
 4. I förhandsgranskningsvyn som öppnas fyller du i avdelningens namn i det avsedda fältet.
 5. Beställningen går därefter vidare som en vanlig nätbutiksbeställning.
 6. När du har slutfört beställningen skickas den vidare för godkännande till FRK
 7. materialtjänst. Materialtjänsten godkänner eller avslår beställningen.
 8. Next Print tillverkar de produkter du beställt och skickar dem till dig som ett spårbart expresspaket via Posten.
- Priset för en rollup är 110 euro + moms och leveranskostnaderna är 18 euro + moms.

**Tack för att du deltar i
vändagen!**

