

## Uppdragsbeskrivning och frivilligprofil

# Aktiviteter för hälsa och gemenskap

## – Besök hos äldre, sjuka eller ofrivilligt ensamma

Du behövs! Frivilligt engagemang utgör själva grunden för Röda Korsets arbete. Som frivillig besökare hos äldre, sjuka eller ofrivilligt ensamma medverkar du till att bryta negativa sociala mönster och ge ny kraft att hantera en svår situation.

### Uppdragsbeskrivning

Du förväntas:

- delta regelbundet vid besök hemma hos den behövande eller på äldreboende enligt överenskommelse med frivilligledaren.
- erbjuda medmänskligt stöd, såsom samtal och aktiviteter som högläsning, promenad, cafébesök, cykeltur, telefonsamtal, sittgympa eller annat.
- ”cykling utan ålder” är en ny och väldigt uppskattad aktivitet där frivilliga skjutsar äldre på en lastcykel.
- samarbeta med andra frivilliga, bistå frivilligledaren i planering av besöken och utveckling av verksamheten.
- introducera nya frivilliga.
- förstå och acceptera Svenska Röda Korsets arbetssätt och följa råd och anvisningar för verksamheten.
- delta i träffar för frivilliga och verka för att stämningen i frivilliggruppen är öppen och tillåtande.
- delta i en introduktion och webbkurser. Du erbjuds även fortbildning för uppdraget.
- utifrån ditt uppdrag ingå i Svenska Röda Korsets krisberedskap och vara beredd att öka ditt engagemang vid kris.

### Omfattning

Du åtar dig att:

- genomföra ditt uppdrag regelbundet enligt överenskommelse, gärna varje vecka eller var fjortonde dag, dock minst en gång i månaden.
- delta i introduktion, kurser och regelbundna träffar med frivilliggruppen.

### Är det här du?

Vi förutsätter att du delar Svenska Röda Korsets människosyn och humanitära värderingar. Röda Korsets grundprinciper är vägledande i allt frivilligarbete och inom ramen för uppdraget skriver du under ett tystnadslöfte och genomgår de obligatoriska utbildningarna/ introduktioner som krävs för uppdraget.

Inom Svenska Röda Korset ser vi mångfald som en stor tillgång i arbetet. Människor med olika bakgrund, etnicitet, könsidentitet, ålder och funktionsvariation breddar vår kompetens och förmåga att utföra vårt uppdrag.

För att kunna utföra uppdraget behöver du:

- vara van att möta människor med olika erfarenheter och bakgrund och tycker att det är intressant.
- kunskap och förståelse för olika behov och reaktioner.
- god kommunikativ förmåga.
- kunna skilja på egna behov och andras.
- förmåga att planera och genomföra olika typer av aktiviteter tillsammans med andra.

Därutöver ser vi gärna att du:

- har kunskaper om/erfarenheter av olika kulturer, språk, funktionsvariation etc.
- är minst 18 år.

Det är också viktigt att du:

- är lugn, trygg, lyhörd och flexibel.
- är empatisk och har en positiv livssyn.
- kan bekräfta och vågar vara känslomässigt nära.
- är öppen för återkoppling och handledning.
- tycker om att arbeta i grupp och har lätt för att samarbeta.

Röda Korset är världens främsta katastroforganisation och vi finns på plats före, under och efter en katastrof. Oavsett om det är en naturkatastrof, konflikt eller annan kris. Vi ska förhindra och lindra mänskligt lidande var och när det förekommer, skydda liv och hälsa och säkerställa respekt för varje människas värde, särskilt under tider av väpnad konflikt och andra nödsituationer.

Vi har sju grundprinciper:

Humanitet – Opartiskhet – Neutralitet – Självständighet – Frivillighet – Enhet – Universalitet