

RÅD OCH STÖD FÖR ATT STÄLLA OM ANHÖRIGSTÖDET UNDER PÅGÅENDE UTBROTT AV COVID- 19

Har er krets pausat sitt anhörigstöd på grund av Corona-utbrottet men vill fortsätta erbjuda stöd? Många kretsar undersöker nu möjligheterna att erbjuda stöd via digitala lösningar. Här har vi samlat råd och stöd till er som vill erbjuda digitalt stöd.

ALLMÄNNA RÅD

- Gå via ett schema. Ta bara på dig så många pass som du orkar och kan.
- Respektera Röda Korsets tystnadslöfte. (Se dokumentet Information till frivillig vid allvarlig händelse)
- Visa respekt för den utsatta individen.
- Känner du dig som frivillig oro; var inte ensam. Tala med någon om din oro och dina känslor.
- Lova inte något eller svara på frågor vi inte vet svaret på.
- Vid samtalet ta stöd av hur du kan stötta den anhöriga med att minskar oro vid en kris på Svenska Röda Korset hemsida: <https://www.rodakorset.se/vad-vi-gor/kris-och-katastrof/krisstod/sa-minskar-du-din-oro-vid-en-kris/>
- Lägg inga värderingar i individens oro.
- Vår roll är att lyssna. Vi måste hänvisa till fakta och råd från myndigheter. Hänvisa till 1177 vid medicinska frågor.
- Vid första ringningen, fråga om du får ringa igen om en vecka. Detta tar bort måste känslan att ringa för att få stöd och skapar trygghet för de vet att någon ringer igen.

FÖR TELEFON OCH DIGITALA MÖTEN

- Undvik privata konton. Skapa ett en ny användare för digitala mötesplattformar i ditt uppdrag. På så sätt särskiljer du lättare på frivilligtid/privat tid.
- Om det inte går att undvika privata konton: Kom överens med den som söker stöd om avsedda dagar och klockslag. Detta är viktigt för att avgränsa ditt uppdrag som frivillig.
- Sitt gärna ostört utan störande bakgrundsljud eller personer som rör sig i bakgrunden.
- Frivilligledaren matchar ihop de som behöver stöd och frivilligs kontakter och vilket digitalt verktyg som ska användas
- På den utannonserade tiden loggar den som vill ha stöd och frivillig in på det överenskomna verktyget och startar sin chatt eller videolänkmöte.

EXEMPEL: VERKTYG FÖR DIGITALA MÖTEN

- <https://zoom.us/> (Med fler än tre deltagare i mötet så är tidsbegränsningen 40 min per session.)
- [Google Hangouts gratisversion](#) (max 10 deltagare)
- [Google Hangouts Business](#) (max 25 deltagare)
- [Skype](#) (max 10 deltagare)
- [Messenger](#) (max 50 deltagare)
- FaceTime