

MOST KÜLÖNÖSEN NAGY SZÜKSÉG VAN AZ ÖNKÉNTESEKRE!

A Talentum Alapítvány ajánlásai a COVID-19 járvány idejére

Hol és hogyan tud önkénteskedni?

1. Ha **szervezett formában** szeretne önkénteskedni, a hatóságokkal együttműködve, ahol központilag osztják ki a feladatokat a szükségletek függvényében, akkor keresse fel a kormány és a karitatív szervezetek közös honlapját: <https://segitunkegymasnak.hu/>, itt megtalál minden szükséges információt és elérhetőséget.
2. Az önkéntesség egy másik, közvetlenebb formája a **szomszédsági önkéntesség**. Ennek lényege, hogy a közvetlen környezetünkben élők igényeire reagálunk és segítséget nyújtunk azoknak akik ezt igénylik. Ez sokkal több önállóságot és kreativitást igényel, ugyanakkor ennek révén olyan emberek is segítséghez juthatnak, akiket az állami, önkormányzati szervezés nem ér el.

Térképezze fel, hogy lakókörnyezetében ki az, aki nem tudja ellátni magát, lelki vagy fizikai támogatásra szorul! Egyeztessen vele, hogy pontosan mire van szüksége és lehetőségeihez képest mértén segítsen neki. Fontos tisztában lenni vele, hogy ekkor két ember között alakul ki egy szolidaritási cselekedet, így ezt az önkéntességet nem koordinálja külső szervezet, ezért különösen nagy felelősségünk van tetteinkért!
3. Az **e-önkéntesség** az otthonról, másokkal való érintkezés nélkül, on-line megvalósuló önkéntesség. Ez jelentheti különböző készségek, kompetenciák felajánlását, ami segítheti mások munkáját, tanulmányait, otthonlétét. Ide tartozhat például az online oktatás, elmélyíteni mások számítástechnikai ismereteit, vagy egyszerűen csak társaságot nyújtani valakinek az online térben. E-önkéntesség lehet még, ha civil szervezeteket, állami, önkormányzati és karitatív intézményeket segít az otthoni munkájukban.

Kérdés vagy tanácskérés esetén forduljon hozzánk az onkentes@talentumonkentes.hu e-mailcímen!

Fontos alapszabályok amiket mindenkinek be kell tartania!

Jelen helyzetben alapelv, hogy az önkéntességnek azt a formáját válasszuk, amely másokra és önmagunkra nézve is biztonságos, a hatósági intézkedésekkel, előírásokkal és ajánlásokkal összhangban van, és valós segítséget nyújt a helyi környezetünknek.

Emellett a legfontosabb általános alapszabályok

- Csak annyi tevékenységet vállaljon, amit el is tud végezni, becsülettel végre tud hajtani
- A civil szervezetek és hatóságok által előírt védőeszközöket köteles használni
- csak a legszükségesebb érintkezésekre korlátozódjon és csak annyi időt töltsön a saját otthonától távol, amennyi az önkéntes munkához feltétlenül szükséges
- Amennyiben önkéntes szerződést kötnek Önnel, azt figyelmesen olvassa át, ha valamit nem ért kérdezze meg. A szerződésben vállaltakat, valamint az előírásokat szigorúan tartsa be, kövesse önkéntes koordinátora utasításait
- Amennyiben olyan helyzetbe kerül, hogy az önkéntes tevékenységet valamilyen okból (kompetenciahiány, megbetegedés, élethelyzet változása stb.) már nem tudja ellátni, azonnal jelezze a szervezetnek

Speciális alapszabályok, különösen a szomszédsági és e-önkéntesség esetén

- Válasszon olyan segítségre szorulókat, aki max. 1 km-es körzeten belül él, hogy ezzel is csökkentse a saját otthonán kívül töltött időszakot
- Ne menjen be másik ember otthonába, a szükséges távolságtartás életet menthet
- Önkéntességért ne fogadjon el ellentételezést, végezze önzetlenül
- Figyeljen az adatok biztonságára, különösen, ha mások adatait is kezeli
- Tartsa be az általános erkölcsi szabályokat és a tudomására jutott információkat diszkréten kezelje

Tippek az önkéntes segítségnyújtáshoz

Sokan fordulnak hozzánk azzal a kérdéssel, hogy mit lehet tenni ebben az időben és nem is jut eszünkbe, hogy sok kis aprósággal is megszínésíthetjük az embertársaink életét. Néhány ötletet csokorba szedtünk, hogy ki mivel tud segíteni:

fizikai segítségnyújtás

- életvitelhez szükséges termékek bevásárlása és eljuttatása a veszélyeztetett célcsoportoknak
- kisállatok sétáltatása idősek esetén
- gyógyszerek beszerzése azok részére, akiknél veszélyes a lakóhelyen kívüli tartózkodás
- online tornaóra minden korosztály részére
- szájmaszkok készítése

lelki segítségnyújtás

- rendszeres, napi telefon a környezetünkben élőkkel, rokonokkal, különösen az egyedülállókkal és idősekkel
- Skype beszélgetések a személyes találkozások helyett, Skype megismertetése idős rokonainknak
- közös ima az online téren keresztül, napi lelki olvasmány elküldése
- idézetek megosztása barátainkkal, ismerőseinkkel, biztatás a mindennapokban

szellemi segítségnyújtás

- gyermekek online korrepetálása
- kisebb videók, hangfelvételek készítése, amelyben egy-egy irodalmi művet olvasunk fel
- sajtóhírek felolvasása hangfelvételre és azok elküldése idősek részére
- viccek, énekek megosztása az online térben az emberek jobb kedvre derítése érdekében
- egymás tanítása házi praktikákra, hagyományokra online kisfilmekkel
- egy háztartásban élőknek tanítsa meg az elektronikus eszközök használatára, ha azok nem ismertek

A lehetőségek végtelenek, csak figyelni kell az igényekre és kreatívan kell hozzáállnunk az önkéntességhez. Jó tapasztalatait, ötleteit, beszámolóit szívesen megosztjuk, amennyiben azt leírja és elküldi nekünk.