



Присоединяйтесь к нашей  
деятельности друзей-волонтеров

# Принципы Красного Креста

- **Гуманность:** Предотвращение и облегчение человеческих страданий всеми способами является важнейшей задачей и целью работы Красного Креста. Защита жизни, здоровья и достоинства — также цели его работы. Красный Крест способствует взаимопониманию между людьми, дружбе, сотрудничеству и прочному миру.
- **Беспристрастность:** Красный Крест стремится облегчить страдания людей, исходя исключительно из их потребности в помощи, вне зависимости от их национальности, религии, расы, политических убеждений или социального статуса. Организация отдает приоритет тем, кто нуждается в наибольшей степени.
- **Нейтральность:** Чтобы пользоваться доверием всех сторон и помогать всем жертвам, Красный Крест воздерживается от занятия позиций в контексте военных действий и никогда не вступает в споры политического, идеологического, религиозного или национального характера.
- **Независимость:** Движение Красного Креста является независимым. Несмотря на то, что национальные общества помогают правительствам своих стран в их гуманитарной деятельности и подчиняются законодательству своих стран, они должны сохранять свой суверенитет, чтобы всегда действовать в соответствии с принципами Красного Креста.
- **Добровольность:** Красный Крест — это волонтерская организация, деятельность которой во всех отношениях базируется на принципах альтруизма.
- **Единство:** В каждой стране может быть только одно общество Красного Креста или Красного Полумесяца, открытое для всех граждан страны и распространяющее свою деятельность по всей стране.
- **Универсальность:** Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца является всемирным. Его национальные общества равны и одинаково обязаны оказывать помощь друг другу.



Фото: Йоонас Брандт/Финский Красный Крест

## Правила работы друзей-волонтеров

- **Руководствоваться обычными человеческими навыками**
  - Волонтер не является профессионалом в сфере оказания помощи
- **Неоплачиваемая деятельность**
  - Деятельность друзей-волонтеров не оплачивается и не должна влечь за собой чрезмерных затрат для волонтера.
- **Добровольность**
  - Важно не терять ощущения, что вся деятельность осуществляется на добровольных началах.
  - Волонтер имеет право выбирать подходящие для себя время и задачи и отказываться от таких задач, которые кажутся ему неподходящими.
  - Волонтеру не обязательно сообщать клиенту собственный номер телефона или фамилию, чтобы гарантировать конфиденциальность.



# Правила работы друзей-волонтеров

- **Обязательность**

- Волонтер должен быть обязательным: соблюдать договоренности и расписание и сообщать другу о любых изменениях.
- О прекращении или препятствии для осуществления деятельности он также должен сообщать посреднику между клиентом и волонтером.

- **Доверие и обязанность соблюдать конфиденциальность**

- Волонтер обязан соблюдать конфиденциальность – в том числе в социальных сетях и после окончания волонтерской деятельности.
- Однако если Вас что-то беспокоит, Вы можете выразить свои опасения обязанному соблюдать профессиональную тайну специалисту и посреднику между клиентом и волонтером.

- **Нейтральность**

- Волонтер не становится ни на чью сторону и не слишком вовлекается в конфликты между другими.

# Правила работы друзей-волонтеров

- **В работе руководствоваться потребностями нуждающегося в помощи**
  - Друзья-волонтеры работают в интересах человека, который нуждается в друге, и прислушиваются к его пожеланиям.
  - Активное участие клиента во взаимодействии приветствуется.
- **Равенство**
  - Волонтерство — это взаимодействие между людьми, в котором взаимоуважение и равенство между людьми занимают центральное место.
  - Действующий в качестве друга волонтер — ничем не лучше, чем его друг-клиент, и не спаситель. И тот, и другой равны.
- **Радость от волонтерской деятельности**
  - Волонтер имеет право отказаться от неприятных для него заданий. Деятельность должна быть приносить удовлетворение для обеих сторон.

## **Волонтер имеет право:**

- Участвовать в волонтерской деятельности Финского Красного Креста в соответствии со своими навыками и интересами.
- На обучение, знания, руководство и поддержку, в которых он нуждается для выполнения своей задачи.
- Участвовать в планировании и развитии деятельности и влиять на принятие решений в качестве члена организации.
- На безопасную среду для выполнения своих задач.
- На обратную связь и признательность.
- На возможность развиваться в качестве волонтера.

## **Волонтер обязан:**

- Действовать в соответствии с ценностями и принципами Красного Креста, руководящими принципами и правилами, принятыми Финским Красным Крестом.
- Осуществлять деятельность в том объеме, который был им добровольно обещан и согласован.
- Участвовать в ориентации и обучении, необходимых для выполнения той или иной задачи.
- Сообщать о недостатках или опасностях, выявленных в ходе занятия волонтерской деятельностью.
- Соблюдать конфиденциальность, необходимую для выполнения соответствующей задачи.

# Ystävätoiminnassa voit toimia...



**Punainen Risti**  
Röda Korset



## В качестве друга для одинокого человека

- Встречи один на один с друзьями в рамках мероприятий на свежем воздухе, общения, просмотра фильмов и т. д.
- Волонтер как интернет-друг
- В качестве друга семьи, например, для иммигрантов и семей, в которых есть члены, ухаживающие за родственниками



## Помощь в повседневных делах

- Кратковременная помощь для походов в магазин, посещений врача и т. д.



## В качестве посредника

- С помощью посредника можно найти друга или группу друзей по душе.
- Поддержка и руководство



## Для встреч в публичных местах

- В кафе
- Совместные обеды
- Места для встреч поколений Terhokerhot



## В качестве друга в домах престарелых, больницах или тюрьмах

- Друзья могут посещать дома престарелых и больницы
- Группы и посещения тюрем



## В роли руководителя группы

- Различные группы для детей, молодежи, пожилых людей, иммигрантов, опекунов и людей, выходящих на пенсию
- Совместное времяпрепровождение, общение, экскурсии, культурные встречи, пение, рукоделие и т. д.

## Поддержка семей ухаживающий за близким (omaishoito)

- Поддержка сверстников
- Отдых и групповые мероприятия
- Дни хорошего самочувствия
- Тренировки для поддержания здоровья и физической формы
- добровольные друзья

# Друзья-волонтеры как обычные люди

- Волонтерская деятельность основывается на обычных человеческих, а не на профессиональных навыках. Друзья-волонтеры не должны обладать какой-либо профессиональной квалификацией или умениями.
- С волонтером встреча проходит в более искренней обстановке.
- Делиться тяжелыми вещами не обязательно обеим сторонам.
- Не требуется выполнять работу личного помощника, уборщика или другие услуги.
- другие услуги.
- При необходимости можно вместе поискать помощь.





Чем можно  
заниматься с  
другом-  
волонтером?

- Что друг делал раньше, но, возможно, уже не делает?
- Чем интересуется друг?
- Что любит друг

- Что рассказы друга и его личная история говорят о его интересах?
- Деятельность должна приносить удовлетворение для обеих сторон

# Уважительно е общение: искусство слушать

## Хороший слушатель...

- Больше слушает, чем говорит.
- Проявляет эмпатию.
- Не умаляет ничьих чувств.
- Поддерживает собственные решения другого человека / избегает чрезмерных советов.
- Задает открытые, а не наводящие вопросы.
- Задает уточняющие вопросы.

*«Как ты себя чувствуешь?»*

*«Что это значит?»*

*«Как это произошло?»*

*«Поплачь, если хочется. Торопиться некуда.»*

*«Имеешь в виду, что..?»*

*«Помоги мне понять, что ты на самом деле имеешь в виду?»*



## Куда обратиться за помощью для себя?

- Посредник друзей-волонтеров, тел. / эл. почта:
- Курсы
- Группа поддержки волонтеров (также социальные сети)
- Дневные и вечерние мероприятия по поддержке волонтеров
- Поддержка и руководство / руководство, если это необходимо, со стороны коллег
- Страховка волонтера, дополнительная информация об отделении

Фото: Йоонас Брандт/Финский Красный Крест

# Деятельность друзей-волонтеров онлайн

- Интернет-друзья регулярно ведут анонимные беседы с человеком, который попросил о дружбе, либо по электронной почте, либо в приложении для чата по своему выбору.
- Общение с друзьями в интернете — это добровольная деятельность, которая не зависит от времени и места.
- Вы можете зарегистрироваться в качестве интернет-друга, заполнив профиль друга-волонтера. Ваша информация будет передана национальной ассоциации-посреднику друзей-волонтеров, откуда с вами свяжутся, и вы получите ссылку на онлайн-курс для самостоятельного обучения.



Друг для одиноких,  
подростков,  
взрослых, пожилых и  
т. д.

Помощь в посещении  
врача, походах по  
магазинам и т. д.

**ВЫ ХОТИТЕ СРАЗУ  
ПРИСТУПИТЬ К  
ВОЛОНТЕРСКОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ?**

**ВЫ ХОТИТЕ  
ПРОДОЛЖИТЬ  
ОБУЧЕНИЕ?**

Молодежь и  
психическое  
здоровье

Волонтерам о  
психическом  
здоровье

Природа —  
составляющая  
благополучия

Обсуждение  
сложных  
проблем

Моральная  
поддержка  
для друзей

теми, у кого  
имеются  
нарушения

волонтеров,  
выполняющи  
х роль друга

Обучение для  
друзей-  
волонтеров

волонтера в  
доме  
престарелых

Обучение для  
волонтеров,  
посещающих  
тюрьмы

Тренинг для  
руководителей  
групп друзей-  
волонтеров

Наставничество  
для деятельности  
друзей-  
волонтеров

друга-  
волонтера на  
единоразово

Друг-волонтер  
для семей  
опекунов

Онлайн-курс для  
волонтеров по  
линии интернет-  
друга

Обучение волонтеров  
по линии  
деятельности в роли  
запасного дедушки  
или бабушки

Оказывать  
помощь в  
интеграции

для  
руководящего  
состава  
отделения

Курс для  
посредников  
друзей-  
волонтеров

Дополнительный  
к базовому курс  
для друзей-  
волонтеров



**Базовый курс для друзей-волонтеров 3 ч**

# Как мне завести друга

1. Создайте профиль в личном кабинете Красного Креста [punainenristi.fi/oma](http://punainenristi.fi/oma) → Преподаватель отметит, что вы прошли необходимое обучение → После этого заполните ваш профиль друга-волонтера.
2. Контакт со стороны посредника друзей-волонтеров → собеседование
3. Знакомство с другом / поиск подходящего вида деятельности
4. Начало деятельности

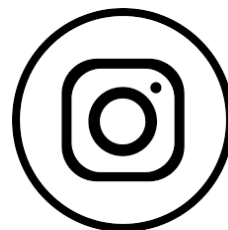
# Спасибо!

**Приглашаем  
принять участие в  
важной и полезной  
деятельности.**

**Будем рады  
видеть вас в  
нашем отделении!**



@ystavatoiminta  
@punainenristi



@sprystava  
@punainenristi

Фото: Йоонас Брандт  
/Финский Красный Крест

**Punainen Risti**  
Röda Korset

