

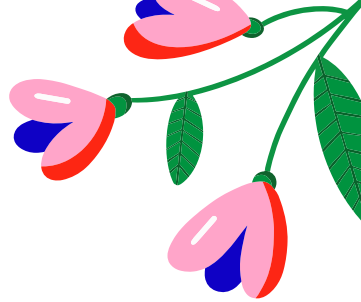


Guide för volontärer

Helsingfors

Innehållsförteckning

→ Så här går du med i verksamheten	4
→ Många sätt att vara volontär	5
→ Principer för frivilligverksamheten	6
→ Volontärens rättigheter och skyldigheter.....	7
→ Avtal och försäkring.....	11
→ Mer information och kontaktuppgifter	12



Välkommen att bli volontär vid Helsingfors stad!

Staden erbjuder mångsidiga möjligheter att delta i frivilligverksamhet. Frivilligarbetet kompletterar stadens tjänster och baserar sig på volontärens egen motivation. I allmänhet är frivilligverksamheten också meningsfull och energigivande för volontären och kan bidra till att förebygga utslagning och lindra ensamhet.

Enligt vår definition är frivilligverksamhet oavlönad verksamhet som utförs till förmån för enskilda människor, miljön och sammanslutningar, och som grundar sig på egen fri vilja och egen motivation. Frivilligverksamheten främjar delaktighet och ett gott liv.

Genom den här guiden kan du ta del av de grundläggande principerna och riktlinjerna för frivilligverksamheten. Vår personal hjälper dig gärna. Varmt tack för att du deltar i frivilligverksamheten!

**Utvecklingsexperterna inom frivilligverksamheten,
Helsingfors stad**



Så här går du med i verksamheten

Det är lätt att gå med. Du kan direkt kontakta den instans där du vill vara volontär eller delta i utbildningen Vapaaehtoistoiminnan perusteet. Den rekommenderar vi för alla. En ledare för frivilligverksamheten eller en annan motsvarande kontaktperson ger dig information om verksamheten. Vid behov ger hen dig också stöd. Beroende på verksamheten ordnar vi möten, tilläggsutbildningar och rekreation för volontärerna. Din kontaktperson ger dig mer information om dessa.

Läs mer om utbildningarna för och föreläsningar om frivilligverksamheten på vår **webbplats** eller genom att **prenumerera på vårt nyhetsbrev** (mer information finns på s. 12).

Du kan också gå utbildningen Vapaaehtoistoiminnan perusteet självständigt på **webbplatsen Helvi** (<https://helvi.hel.fi/vapaaehtoistoiminnan-perusteet-todistus/>). Efter utbildningen får du ett intyg som du kan spara för senare användning.

Vid behov kan du kontakta utvecklingsexperterna inom frivilligverksamheten för att få tips om de uppgifter inom frivilligverksamheten som du gillar.

Många sätt att vara volontär

Staden erbjuder volontäruppgifter som ser olika ut beroende på innehåll, bundenhet och målgrupp. Som volontär kan du skapa viktiga relationer och spela en viktig roll i någon annans liv, till exempel som stödperson eller stödfamilj, i en kamratstödsgrupp eller som erfarenhetsexpert. Det finns också verksamhet i stadsmiljö, bibliotek, lekparker, familjehus, ungdomsgårdar, med äldre människor och i Stadens gemenskapshus eller inom medlingsverksamhet. Du kan också själv tänka ut volontäruppgifter och påverka innehållet i verksamheten.

Principer för frivillig- verksamheten



- frivilligt och oavlönat
- konfidentialitet och tystnadsplikt
- pålitlighet och engagemang
- jämlikhet och ömsesidighet
- fördomsfrihet och likvärdighet
- delaktighet och gemenskap
- meningsfullhet och agerande
- volontären förbinder sig att agera i enlighet med stadens värderingar och anvisningarna och principerna för frivilligverksamheten
- volontären följer anvisningarna och respekterar den person och/eller instans som mottar hjälp från frivilligverksamheten
- volontären har rätt till stöd och handledning
- glädje i verksamheten

Volontären är inte en anställd hos Helsingfors stad.

Volontärens rättigheter och skyldigheter

Volontären har rätt att

- själv välja en lämplig uppgift
- binda sig till tider som passar hen själv
- tacka nej till en uppgift som erbjuds
- gå över till andra uppgifter
- få utbildning och handledning
- få stöd och råd
- veta vem hen kan kontakta i problemsituationer
- delta i utbildningar och möten
- få och ge feedback
- vara försäkrad
- få glädje och energi av verksamheten



Volontären är skyldig att

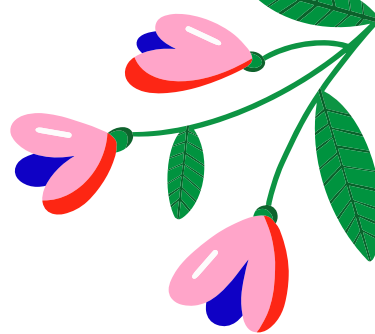
- förbinda sig till tystnadsplikten
- följa värderingarna, anvisningarna och principerna för Helsingfors stad
- följa säkerhetsinstruktionerna för verksamhetsstället
- agera fördomsfritt och respektera självbestämmanderätten
- hålla fast vid överenskomna uppgifter och åtaganden
- arbeta frivilligt, inte som anställd
- vara rusmedelsfri under arbetet
- informera personalen om hen upptäcker brister, skadegörelse eller bekymmer (t.ex. att klienten behöver hjälp, skadegörelse i omgivningen osv.)
- meddela om hen vill sluta frivilligarbete

Vid plötsliga sjukdomsfall är det bäst att volontären stannar hemma och kommer tillbaka när hen är frisk. Om du blir sjuk eller får andra förhinder ska du meddela handledaren eller ansvarspersonen för verksamheten.





Avtal och försäkring



Arrangören för frivilligverksamheten väljer ut personer som lämpar sig för verksamheten och utbildar dem för sina uppgifter. Personer som deltar i frivilligverksamhet som ordnas av Helsingfors stad undertecknar ett skriftligt avtal om deltagande i frivilligverksamheten och förbinder sig därmed att följa stadens anvisningar och regler samt att respektera dess värden. I avtalet om frivilligverksamheten ingår en förbindelse om sekretess och dataskydd som gäller även efter det att frivilligverksamheten har upphört.

Staden har försäkrat volontärerna genom en gruppolycksfallsförsäkring som gäller under frivilligarbetet och de tur- och returesor som har omedelbar anknytning till dessa uppgifter. På basis av försäkringen ersätts endast sjukvårdskostnader som omfattas av den offentliga hälso- och sjukvården, t.ex. avgifter från hälsovårdscentraler, polikliniker och sjukhus samt läkemedelskostnader relaterade till olycksfall och nödvändiga och skäliga resekostnader. Vid behov får du mer information om försäkringen av din kontaktperson för frivilligverksamheten.

Mer information och kontaktuppgifter

Kultur och fritid, Utvecklingstjänsterna,
frivilligverksamhet

09 3106 4884 | 09 3104 6940 | 09 3103 7147

✉ vapaaehtoistoiminta@hel.fi

🌐 vapaaehtoistoiminta.hel.fi/sv/

📘 FrivilligverksamhetHelsingfors

Prenumerera på vårt nyhetsbrev (på finska):
vapaaehtoistoiminta.hel.fi/uutiskirje

Kontaktuppgifter till din handledare

Namn:

E-postadress:

Telefonnummer:

Helsingfors