



Merkblatt für Helfer_innen der Nachbarschaftshilfe unterm Regenbogen

Liebe Helferin, lieber Helfer,

wir freuen uns sehr, dass Du unsere Nachbarschaftshilfe unterstützen möchtest. Nachbarschaftshilfe kann zu einem intensiven Kontakt führen, der eine wunderbare Bereicherung für die Beteiligten werden kann. Damit es zu vielen positiven Erfahrungen kommt, möchten wir Dir mit diesem Merkblatt eine Hilfestellung an die Hand geben, die Klarheit schaffen soll im Umgang mit Nachbar_innen und Verhalten bei Einsätzen. Nachbar_innen erhalten ein gesondertes Merkblatt.

Wir wünschen Dir und uns eine fruchtbare und schöne Zusammenarbeit, so dass unser Netzwerk in der Community weiter wachsen kann!

Allgemein

1. Die Nachbarschaftshilfe unterm Regenbogen ist eine Hilfe von Nachbar_innen aus der LGBTI – Community für Nachbar_innen aus der LGBTI - Community.
2. Du bist während Deiner Einsätze in der Nachbarschaftshilfe unfall- und haftpflichtversichert. Deshalb ist wichtig, dass Du bei uns kurz meldest, wann Du im Einsatz bist. Bei regelmäßigen Einsätzen reicht es, uns wissen zu lassen, in welchen Abständen dies geschieht – z.B. wöchentlich.

Grenzen der Nachbarschaftshilfe

3. Die Nachbarschaftshilfe soll und kann keine professionelle Hilfe ersetzen. Nachbar_innen sind keine Haushälter_innen, Pfleger_innen, Therapeut_innen oder Sozialberater_innen. Umgekehrt ist auch Deine Nachbar_in die falsche Ansprechperson für Deine Sorgen. Bitte achte darauf.

Manchmal kann es notwendig sein, dass ein Einsatz in einen Graubereich führt, z.B. regelmäßige Unterstützung beim Toilettengang. Dies muss dann mit uns und Euch im Vorfeld abgesprochen sein. Wenn Du das Gefühl hast, dass etwas von Dir verlangt wird, was Du nicht leisten kannst oder willst, sprich mit dem Team von rosaAlter.

Zuverlässigkeit und Verschwiegenheit

4. Nachbarschaftshilfe bedeutet Zuverlässigkeit. Behalte bitte im Kopf, dass Deine Nachbar_in auf Dich wartet. Wenn Du Dich verspätest, ruf ihn/ sie an. Wenn Du krank oder aus sonstigen Gründen verhindert bist, melde Dich bitte rechtzeitig, sowohl bei Deiner Nachbar_in als auch bei rosaAlter.
5. Während Deiner Einsätze erhältst Du Einblick in das Leben Deiner Nachbar_in. Mit Deiner Unterzeichnung der Helfer_innen-Vereinbarung hast Du Dich verpflichtet, über alles, was Du von Deiner Nachbar_in erfährst, gegenüber Dritten zu schweigen. Dies ist insbesondere wichtig, da unsere Community klein ist. Bitte halte Dich daran. Wenn Du über etwas reden möchtest, kannst Du das mit dem Team von rosaAlter und bei den Helfer_innen-Treffen.

Die Sache mit dem Geld

6. Es ist eine schöne Geste, wenn Deine Nachbar_in Dir zu Hause Kaffee und Kuchen anbietet. Es ist auch schön, wenn er/ sie Dir eine Tafel Schokolade schenkt. Es ist nicht okay, wenn Geld ins Spiel kommt.

Um ungute Situationen zu vermeiden: Verleihe kein Geld und nimm auch kein Geld von Deiner Nachbar_in an. Bezahle Deine Pizza selbst und erwarte es umgekehrt von ihm/ ihr.

Anders sieht es natürlich aus, wenn regelmäßige Café – oder Kinobesuche zur Art Deines Einsatzes gehören. Dies muss dann jedoch mit Deiner Nachbar_in und dem Team von rosaAlter im Vorfeld abgesprochen werden.

Vermische niemals das Geld Deiner Nachbar_in mit Deinem eigenen. Wenn es zu Deinem Einsatz gehört, für ihn/ sie einzukaufen und Du auch für Dich einkaufst, zahle beide Einkäufe getrennt und bringe immer den Kassenzettel für Deine Nachbar_in mit.

Respektvoller Kontakt

7. Nachbar_innen begegnen sich auf gleicher Augenhöhe. Niemand ist stärker oder schwächer, weil er/ sie Unterstützung annimmt oder gibt. Helfer_innen, die selbst Unterstützung annehmen können, wissen das.
8. Während Deiner Einsätze bekommst Du Einblick in den privaten Raum Deiner Nachbar_in. Bitte behandle diesen Raum mit Respekt, sowohl, was die Eigenarten Deiner Nachbar_in, z.B. mit Ordnung/ Unordnung, angeht, als auch ihr/ sein Eigentum.

9. Deine Weltanschauung und Deine Art zu leben trifft sich vielleicht nicht mit der Deiner Nachbar_in. Bitte missioniere nicht und streite nicht darüber. Deine Nachbar_in steht im Vordergrund. Wenn es für Dich gar nicht geht, weil gegen Deine Werte verstoßen wird, dann sprich mit uns, damit wir für Dich einen anderen Einsatz finden können.

Die Sache mit dem Helfen

10. Wenn Du selbst Hilfe annehmen kannst, weißt Du, dass dies oft nicht leicht ist. So wird es auch Deiner Nachbar_in ergehen. Versuche, Dich in seine/ ihre Situation hineinzudenken: eine fremde Person sitzt in Deinem Wohnzimmer, weil Du Unterstützung brauchst, weil Du es alleine nicht mehr schaffst.

Versuche, es ihm/ ihr leichter zu machen. Erzähle ein bisschen was von Dir, ohne Dein Leben auszubreiten. Stelle ihm/ ihr Fragen, suche Anknüpfungspunkte, höre zu. Frage Dich: Wenn ich an seiner/ ihrer Stelle wäre, was bräuchte ich selbst in dieser Situation?

11. Manche Nachbar_innen, vor allem diejenigen, die kontinuierliche Unterstützung und Begleitung benötigen, haben oft schon ein langes, gelebtes Leben hinter sich und/ oder etliche Einschränkungen. Manche sind an Demenz erkrankt. Wenn Du diese Unterstützung leisten möchtest, kannst Du viel erhalten – aber nicht das gleiche, was Du gibst. In dieser Art Kontakt steht die Nachbar_in im Vordergrund. Von Dir wird erwartet, dass Du Dich selbst zurücknehmen und Dich auf sie/ ihn einstellen kannst.
12. Erwarte von Deiner Nachbar_in weder Dank noch Undank. Wenn Du selbst Unterstützung annehmen kannst, weißt Du, dass beides möglich ist.

Teamarbeit

13. Komm bitte zu unseren monatlichen Helfer_innen – Treffen. Ein Bestandteil ist der Austausch über die jeweiligen Einsätze. Hier ist Euer Platz, um respektvoll und kollegial über Eure Befindlichkeiten zu sprechen.

Bitte haltet Euch auch in diesen Treffen an einen respektvollen Umgang miteinander. Abfällige Bemerkungen insbesondere wegen Geschlecht, Alter, Nationalität oder Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe aus der LGBTI – Community werden von uns nicht geduldet. Wir wünschen uns, dass wir alle miteinander im Team arbeiten können.

Bitte arbeite auch mit uns, dem Team von rosaAlter, zusammen. Sei bereit, an Fortbildungen teilzunehmen. Gib uns Rückmeldung über Deine Einsätze. Wenn etwas für Dich schwierig wird, sprich mit uns, wir sind für Dich da, gerade auch wenn Du Dich überfordert oder frustriert fühlst. Bei uns ist der Ort, wo Du alles loswerden kannst, und wir werden mit Dir nach Lösungen suchen.