

# CHECKLISTE KOBLINGSMØTE

## Generelt:

Gruppeleder og/eller kontaktperson på krisesenteret skal alltid være tilstede ved første møte mellom deltaker og frivillig.

## I forkant av koblingsmøtet:

- Sjekk at alle vet dato, tid og sted for koblingsmøtet. Send gjerne påminnelse per sms og/eller ring dagen i forveien av møtet.
- Ta med samarbeidsavtale (norsk/engelsk). Forbered den frivillige på at samtalen vil foregå på engelsk dersom deltakeren ikke snakker norsk. Hvis deltaker hverken snakker norsk eller engelsk må det ordnes med tolk ( i disse tilfellene snakker deltaker og frivillig samme språk).

## På koblingsmøtet:

- Introduser alle på møtet og be alle si noe kort om seg selv.
- Be deltakeren fortelle hva hun vet om Ressursvenn og hva som gjør at hun ønsker å delta
- Gå kort gjennom hva N.K.S og Ressursvenn;
  - Kort om hva Sanitetskvinnene er
  - Ressursvenn – en til en kobling mellom en frivillig og en kvinne som bor/ har bodd på eller er i kontakt med krisesenter
  - Kun kvinnelige frivillige i prosjektet
  - Alle frivillige har gått kurs (fortell kort om kursinnholdet)
  - Alle frivillige har levert politiattest og har signert etikk- og taushetserklæring (forklar hva begge betyr)
  - Tilbudet er gratis og rusfritt
- Be den frivillige fortelle litt om seg selv og hva som gjør at hun ønsker å være Ressursvenn.
- Prøv å legge koblinger mellom det hun sier og det du vet om deltakeren. F. eks. «liker også å lage middag og maler, det var derfor jeg tenkte at dere kunne...» eller «hun snakker fransk som deg» eller «jobber med .. så hun er flink på søknadskrivning og kan hjelpe deg med det...» etc.
- Spør hva deltakeren liker å gjøre. Prøv å få i gang en samtale mellom den frivillige og deltakeren. Gi dem tid til å snakke sammen.
- Gå gjennom samarbeidsavtalen. La både den frivillige og deltakeren lese godt gjennom avtalen og snakk om de viktigste poengene:
  - Koblingen kan avsluttes om ønskelig/ved behov
  - De frivillige gjør dette uten å få betalt for det
  - De frivillige kommer som venn og medmenneske
  - De møtes 2-4 ganger per måned i ca ett år. Etter ett år opphører koblingen via Ressursvenn. De kan da fortsette å møtes på egen hånd uten oppfølging fra oss.
  - Ved eventuelle utgifter for aktivitet i forbindelse med at de møtes legger frivillig ut for aktiviteten og leveres inn utleggsskjema med kvitteringer til gruppeleder.
- På hvilke dager, tidspunkter passer det å treffe hverandre? Ønsker deltaker helst samme dag hver gang eller vil hun avtale fra uke til uke?
- Eventuelt: snakk om hva deltaker ønsker når de treffes spontant med andre tilstede. «Er det greit å hilse, skal vil si at vi kjenner hverandre, er venner?»
- Den frivillige og deltageren skriver under avtalen, gruppeleder forvarer avtalen hos seg.
- Takk for møtet og samtalen.

### **I etterkant av koblingsmøtet:**

- Gruppeleder følger opp den frivillige og hører om hun vil være i kobling med deltakeren. Kontaktpersonen på krisesenter snakker med deltakeren og gir beskjed til gruppeleder om det samme. På denne måten har alle mulighet til å trekke seg. Vi forsøker da finne en annen kobling til de begge.
- Hvis begge vil se hverandre så får den frivillige telefonnummeret til deltakeren og bes om å ta kontakt med henne for å avtale når de skal møtes igjen.
- Send kopi av samarbeidsavtalen på mail til den frivillige og til kontaktperson på krisesenteret og/eller direkte til deltaker.

### **Oppfølging:**

- Sjekk inn hos den frivillige ca 1 gang per måned. Bli enig om hvordan og hvor ofte dere skal snakke sammen (sms/telefon/mail).
- Ha regelmessig kontakt med krisesenteret og kontaktpersonen der. Bli enige om hvordan og hvor ofte dere skal snakke sammen.
- Send et kort notat en gang per måned til nasjonal prosjektleder om hva som skjer i Ressursvern hos dere (antall koblinger, nye frivillige, solskinnshistorier, ønskemål, behov, utfordringer)

**LYKKE TIL!**