

«Freiwilligenarbeit mit Abstand am besten!»

Solidarität ist gefragt. Solidarität heisst jetzt aber auch Abstand halten. Unser Merkblatt gibt einen Überblick über Dos & Don'ts im Freiwilligen Engagement in Zeiten der Pandemie.

Welche Form von Freiwilligem Engagement ist erlaubt? 😊

Alle Engagements die telefonisch oder digital möglich sind und achtsame Nachbarschaftshilfe. Sinnvoll sind beispielsweise:

- Anrufe zur Vermeidung von Einsamkeit
- Verbreitung von Informationen, wo Hilfe gefunden werden kann
- Übersetzungen von Infomaterial für anderssprachige Menschen
- Nachbarschaftshilfe wie Einkäufe erledigen (ohne persönlichen Kontakt) oder Kinderbetreuung

Faustregel: 1 Freiwillige/r übernimmt 1 Haushalt | Hygiene- und Verhaltensvorschriften befolgen!

Was ist NICHT erlaubt? 😞

Alle Engagements die einen **persönlichen Kontakt** voraussetzen wie beispielsweise:

- Besuchsdienst, Einsätze in Spitälern oder Heimen etc.
- Gruppen- und Vereinsaktivitäten wie Wandern, Spazieren, Sport etc.

Erkrankte, oder Personen aus der Risikogruppe müssen ihr Freiwilligenengagement einstellen

Ich will helfen, wo kann ich mich melden? 💬

Es gibt zahlreiche Hilfestellen und Plattformen wo sich interessierte Freiwillige melden können:

- [benevol-jobs.ch](https://www.benevol-jobs.ch) - bringt Freiwillige und Einsatzorganisationen zusammen. z.Z. kostenlos!
- [hilf-jetzt.ch](https://www.hilf-jetzt.ch) - Auflistung von Gruppen welche Entlastung bieten
- [five up](https://www.fiveup.ch) - Eine mehrsprachige App welche Menschen zusammenbringt
- [mobile-boten.ch](https://www.mobile-boten.ch) - Ein Angebot der reformierten Kirchgemeinden Bern-Jura-Solothurn
- [Nachbarschaft Bern](https://www.nachbarschaftbern.ch) - Bringt Städterinnen und Städter zusammen
- [Amigos](https://www.amigos.ch) - Einkaufen für Risikogruppen. Initiative der Migros und ProSenectute

Gut zu wissen! ⓘ

- [benevol Bern](https://www.benevolbern.ch) - Spezialseite Pandemie und Engagement. Wird laufend aktualisiert
- [BAG](https://www.bag.admin.ch) - Allgemeine Hygiene - und Verhaltensgebote des Bundes
- [Fokuscorona.ch](https://www.fokuscorona.ch) - Hilfen und Angebote vor Ort, ein Überblick
- [Beobachter](https://www.beobachter.ch) - beantwortet rechtliche Fragen zur Nachbarschaftshilfe
- [Kibesuisse](https://www.kibesuisse.ch) - Merkblätter betreffend Kinderbetreuung
- [Häufe](https://www.haeufe.ch) - Website für Dienstleistungen und Gegenstände