

# Tak for at du vil give en hjælpende hånd!

Dansk Blindesamfunds Ungdom (DBSU) er en forening for børn og unge med synshandicap under 36 år. Vi afholder løbende sociale og faglige arrangementer for vores medlemmer på tværs af landet, og her har vi brug for en hjælpende hånd og et par seende øjne, der kan bevare det store overblik. Her har vi brug for DIG!

I dette dokument får du en vejledning til, hvad det vil sige at være hjælper i DBSU. Du kan altid spørge arrangørerne til de forskellige aktiviteter til råds, hvis du føler dig usikker.

## Det kræver det at blive hjælper i DBSU

Det kræver ikke nogen uddannelse eller erfaring at blive hjælper i DBSU. Naturligvis er det en fordel, hvis du før har mødt nogen med synshandicap, men det er bestemt ikke et krav. Du lærer nemlig hurtigt, hvordan du kan hjælpe – og hvis du bliver i tvivl, spørger du bare! Hvis du ikke har forudgående erfaring, vil du blive sat sammen med en erfaren hjælper til dit første arrangement.

De eneste formelle krav til dig er at:

1. Du skal indsende en ren børneattest til vores kontor, før du bliver hjælper
2. Du må ikke blive beruset til arrangementer, hvor du er med som hjælper
3. Du skal kunne yde førstehjælp

Med dette på plads er alt du behøver gåpåmod og godt humør!

## Sådan bliver du hjælper

Du tilmelder dig DBSU's hjælperkartotek ved at skrive til [kontor@dbsu.dk](mailto:kontor@dbsu.dk) eller ringe på 71 71 02 23 – du kan finde opdaterede telefontider på [www.dbsu.dk](http://www.dbsu.dk). Kontoret vil hjælpe dig med at indhente en børneattest.

Når du er tilmeldt hjælperkartoteket vil du blive kontaktet pr. mail når vi søger hjælpere til et arrangement. Det er dog ikke et krav at være en del af vores hjælperkartotek, hvis du fx bliver spurgt af en ven om at være hjælper til et arrangement.

Meld dig ind i Facebook gruppen 'Hjælpere i DBSU' her: [www.facebook.com/groups/848145955290492](https://www.facebook.com/groups/848145955290492)

## Honorar og refundering af udgifter

Den største tak vi kan give dig er oplevelsen. Derudover takker vi hjælperne for deres indsats med et symbolsk beløb. Beløbet veksler alt efter hvor mange dage du hjælper til på et arrangement, og i hvilket regi arrangementet afholdes.

I DBSU skelner vi nemlig mellem tre typer arrangementer; landsdækkende, Region Øst og Region Vest. Regionerne laver arrangementer for de medlemmer der bor på deres areal. Alle medlemmer inviteres til landsdækkende arrangementer. De forskellige enheder honorerer hjælpere lidt forskelligt. Som tommelfingerregel kan du regne med ca. 200 kr. pr. dag i hjælperhonorar.

Du vil aldrig have udgifter ved at være hjælper – DBSU dækker naturligvis eventuelle omkostninger til transport, kost og logi ligesom du naturligvis heller ikke skal betale for at deltage uanset hvilken type arrangement du er med til. Hvis du selv har lagt ud for noget (fx transport) kan du få dette refunderet ved at sende kvitteringen til [kontor@dbsu.dk](mailto:kontor@dbsu.dk).

## Dine opgaver som hjælper

Det er arrangørerne som har det overordnede ansvar for gennemførelsen af arrangementet. Da arrangørerne selv har et synshandicap, kan det være vanskeligt for dem at have det store overblik. Her er det din rolle at hjælpe med de opgaver, hvor der er brug for et sæt seende øjne og en ekstra hånd.

### Det er en hjælpers opgave at:

- Hjælpe med at samle og guide deltagere i forbindelse med fælles transport
- Hjælpe med at komme på plads og få pakket ud ved ankomsten og eventuelt vise deltagere rundt så de ved hvor fx toilet og værelser er henne
- Hjælpe i spisesituationer (finde pladser, øse op, sørge for drikkevarer mv.).
- Assistere arrangørerne med at sørge for, at deltagerne får deres eventuelle medicin
- Hjælpe med at have det store overblik under aktiviteterne (Er alle kommet? Er alle beskæftiget med den givne opgave? Er der nogen der har problemer med den givne opgave?)
- Hjælpe med eventuelle praktiske ting som kræver kørekort og bil
- Hjælpe med at få pakket tasken ved afrejsen og se efter "glemte sager"
- Hjælpe arrangørerne med at holde øje med deltageres velvære – har alle det godt? Hvis du opdager at nogen virker skidt tilpas eller føler sig alene, skal du fortælle dette til arrangørerne

### Det er IKKE en hjælpers opgave at:

- Hjælpe til med hygiejne fx tandbørstning eller toiletbesøg
- Sørge for at pleje deltageres tømmermænd
- Støtte en svært psykisk ustabil person
- Kunne hjælpe en multihandicappet person (vi informerer på forhånd, hvis der skulle deltage personer med særlige behov til et arrangement)

Det er ikke altid, at der er brug for en hånd og du vil måske få en følelse af at være tilovers. I den periode hvor der ikke er behov for hjælp, kan du bare slappe af og "deltage" på lige fod med de andre, så længe du er opmærksom.

## Til slut...

Vær opmærksom på at alt dette er generel information. Du vil modtage specifik information fra arrangørerne i god tid inden arrangementet skal forestå. Fx deltagerliste, program, adresse, honorar og praktiske oplysninger m.v.

Du kan få fem konkrete råd (og måske et godt grin) til hvordan man ledsager en blind eller svagsynet i denne video, som DBSU har produceret: [www.facebook.com/ungblind/videos/470321643689677](https://www.facebook.com/ungblind/videos/470321643689677)

Vi glæder os til at se dig til arrangementerne, og håber du vil synes det er fedt at være med!

**TAK FOR HJÆLPEN!**

