

Bliv ”CoronaVen” i Ungdommens Røde Kors

Kære frivillig. I forbindelse med den aktuelle situation i Danmark og resten verden, hvor Coronavirussen lige nu gør, at det meste er lukket ned, er der rigtig mange børn og unge, der sidder derhjemme og har brug for støtte og hjælp. Derfor skal de nu have muligheden for at få en CoronaVen.

Hvad er CoronaVenner?

CoronaVenner bygger på URK’s ung-til-ung-princip og er en måde at være sammen på online – enten én til én eller i et større fællesskab, hvor der både er flere børn og flere frivillige. En CoronaVen er et ungt menneske og frivillig fra URK, som stiller sig til rådighed online i en tid med Corona, der er uvis og uvant. Det kan også være, at det er hele lektiecaféen, som forsætter sit fællesskab online. Altså er CoronaVenner en mulighed for at forsætte eksisterende URK-aktiviteter online eller at opbygge nye relationer online via matches.

Det, man som CoronaVenner i URK tilbyder, er:

- hjælp til lektierne
- et tryghedsopkald, hvor I fx sammen lægger en plan for dagen
- underholdning og samvær over Facetime, der kan skabe et lyspunkt

Hvad end det gælder lektiehjælp, strukturstøtte eller online-legeven, så kan alle tre måder både praktiseres i 1:1-relationer og i grupper.

Al kontakt skal naturligvis ske online eller over telefonen – og den frivillige CoronaVen aftaler med barnet eller den unge, hvor ofte de skal tales ved. Det kan være, det handler om et kvarters snak hver dag – eller det kan være længere tid ad gangen og måske ikke så ofte. Da samtalen foregår ung-til-ung, er det ikke et krav, at forældrene er informeret om samtalen.

Overfører man en eksisterende aktivitet over til et online forum, må man aftale de frivillige i mellem, hvor ofte aktiviteten skal finde sted – skab dog helst så meget kontinuitet som muligt.

Da vi ikke ved, hvor længe krisen vil vare, anbefales det, at man aftaler en uge eller 14 dage frem ad gangen. Når/hvis man afslutter sit CoronaVenskab, skal barnet informeres om andre mulige URK-aktiviteter – således at vi så vidt muligt kan forsætte med at tilbyde dem samvær i URK-regi.

Uanset om CoronaVenner mødes 1:1 eller i større fællesskaber, er det vigtigste, at vi skaber fællesskaber på afstand. Uden at tage afstand!

Hvorfor er der brug for CoronaVenner?

Formålet med CoronaVenner er at tilbyde børn og unge støtte og opbakning ift. deres liv og hverdag lige nu, hvor alting er anderledes – og hvor udsatte børn og unge mere end nogensinde mangler støtte, glæde og en, der har tid til at lytte eller måske bare til at lave sjov og give et afbræk fra alvor og utryghed.

Rigtig mange udsatte børn og unge sidder lige nu derhjemme – nogen er overladt til sig selv – og nogen er overladt til en familie, hvor mere tid sammen på ingen måde betyder mere hygge, men

måske betyder frygt og utryghed. For de børn er skoledagen, onsdagsklubben eller legeaftalen dét, som normalt giver et pusterum – det pusterum har de ikke lige nu.

Derfor er der brug for, at vi i URK tager et ansvar og er med til at skabe små pusterum og lyspunkter i børnene og de unges liv. Det er det, vi normalt gør, når lektiecaféen og madklubben holder åbent, og som vi nu gør online eller via telefonen.

Hvem kan være CoronaVen?

Alle de skønne frivillige, der plejer at være noget særligt for alle de børn og unge, der kommer i URK's aktiviteter, er dem, som først og fremmest skal aktiveres!

Det skal du/l gøre: Det er næsten ikke til at forestille sig, at man som URK'er ikke har lyst til at være CoronaVen, så:

- Skriv og ring gerne til dine medfrivillige i lokalområdet! Spørg om de vil være CoronaVen og lav en oversigt over alle de frivillige, som har sagt ja. (Der skal være børneattester på alle frivillige, så derfor skal rekrutteringen af CoronaVenner ske blandt eksisterende frivillige)
- Afklar med hver enkelt frivillig, om de kan være lektiehjælper, strukturstøtte, legeven – eller alle tre ting. På den måde får I et overblik over, hvilke ressourcer I har, hvilket er vigtigt, når I senere skal matche barn og frivillig
- Saml jer i en gruppe af frivillige, hvis I helst vil prøve at lave jeres sædvanlige aktiviteter, fx en pigeclub eller hospitalscafe, sammen.

Forslag til mail/besked/opslag til de frivillige findes i kommunikationspakken – og igen, ring også gerne! Det er nu, vi skal have denne indsats i gang – for det er nu børnene og de unge har brug for os!

Hvordan skabes kontakten til børnene og de unge?

Rigtig mange af de børn og unge, der har brug for en CoronaVen lige nu, kender I allerede fra jeres aktiviteter, så derfor kan en måde at nå dem på være:

- Dele et opslag på jeres Facebookside og i lokale Facebookgrupper
- Skrive til den boligsociale medarbejder, I eventuelt har kontakt til
- Skrive til de lokale skoler og bede dem dele vedhæftede opslag på Aula
- Skrive til jeres lokalavis og hør, om I kan få opslaget med som en pressemeddelelse (så er det typisk gratis)
- Kontakte jeres lokalradio og hør, om de vil gøre reklame for indsatsen i radioen
- Printe og hænge opslaget op ved de få steder, hvor børnene måske stadig kommer fysisk, fx supermarkeder eller boligblokke

Naturligvis handler det ikke kun om at nå de børn, der normalt kommer i URK's aktiviteter – det handler om at nå alle dem, der har behov for en CoronaVen lige nu! Målgruppen er derfor bred og inkluderer også børn og unge, der ikke nødvendigvis er socialt udsatte, men som har behov for støtte og opbakning, som situationen er lige nu. Men lov ikke for meget. Vær sikker på, at I har nok frivillige, der kan tage kontakt og være CoronaVenner.

Det skal du/l gøre:

- Aftalt hvem af jer frivillige, der skal være kontaktperson for henvendelserne fra børn/forældre og skriv vedkommendes e-mailadresse og telefonnummer på alle opslag og mails, I lægger op og sender
- Send opslaget ud på ovennævnte kanaler (spørg eventuelt jeres konsulent i URK, hvis I skal have hjælp til at finde de rigtige kontaktoplysninger)
- Sørg for at holde styr på alle henvendelser (eventuelt i et Excel-ark), hvor I noterer kontaktoplysninger på det enkelte barn, og hvilke behov det har (på den måde kan I lettest matche med den mest relevante frivillig). Sørg også for at spørge ind til, om barnet helst vil kontaktes per telefon, mail, Facebook, Zoom eller Skype og noter dette i arket

Forslag til Facebookopslag og e-mail findes i kommunikationspakken.

Opbevaring af personlige data:

- Hvis I opbevarer data i et Excel-ark kan I låse det, så det kun er den med koden, der har adgang. I kan læse, hvordan man låser et Excel-ark [her](#)
- Slet mailen med oplysninger fra jeres postkasse så hurtigt som muligt
- Oplys til barn og/eller forældre, at kontakthinformationer kun bliver videregivet til den frivillige, der skal være CoronaVen for barnet eller den unge

Match af den frivillige CoronaVen og barnet eller den unge

Når I har skabt et overblik over børn og unge, der ønsker en CoronaVen, og de frivillige, der vil være CoronaVenner, så skal de matches. Hvis den frivillige har tid, kan man sagtens være CoronaVen for mere end et barn. Man kan også matche børn og frivillige i grupper, som kan mødes online i større fællesskaber. Hvis barnet normalt kommer i onsdagsklubben, og der er en frivillig fra onsdagsklubben, der har meldt sig som CoronaVen, så vil det være oplagte at lave et match. Eller hvis barnet har ønsket hjælp til lektier, så match gerne med en frivillig, der er vant til at være lektiehjælper. I mange tilfælde vil barnet/den unge ikke kende sin CoronaVen på forhånd, og det gør heller ikke noget.

Når matchet er lavet skal den frivillige, som skal være CoronaVen, tage kontakt til barnet eller den unge med det samme. Husk at bruge den elektroniske kanal, som barnet har ønsket (telefon, mail, Facebook eller Skype).

Ved første kontakt er det vigtigt at få forventningsafstemt, så ingen bliver skuffede. Start fx med at planlægge en uge eller 14 dage frem, hvor I aftaler, hvor ofte I skal være i kontakt og hvor længe. Derefter kan I ligge en ny plan. Tilbyd barnet at blive indsluset i en lokal URK-aktivitet, når I stopper kontakten, så vi ikke "taber dem på gulvet", når hverdagen rammer igen.

Ved eventuel sygdom er det vigtig, at den frivillige, som er CoronaVen, tager kontakt til barnet (så vidt muligt) og de frivillige, der kordinere indsatsen, så barnet kan få besked og en ny CoronaVen.

Hvordan er du en god CoronaVen?

Som CoronaVen er du en online-støtte til et barn eller ung i en krisetid. Det kræver noget særligt, når man skal kommunikere online. Nogle ting virker bedre end andre, når man ikke sidder ansigt til ansigt. Det kan nogle gange være svært at vide, hvad man skal sige eller gøre i en bestemt situation. Det vigtigste er, at du har lyst, overskud og gå-på-mod. Derudover er det vigtigt, at du kan sætte barnets behov i centrum, og at du møder barnet med anerkendelse og tålmodighed.

Som CoronaVen er der som udgangspunkt tre måder, du kan hjælpe på (og sikkert flere):

- Strukturstøtte
- Lektiehjælper
- Online-legeven

Strukturstøtte

Som strukturstøtte hjælper du barnet med at rammesætte hverdagen, således, at der både er tid til lektier og sjov. Rammesætning er især vigtigt for de børn, som er i hjem med ustabile forældre, hvor en indelukket hverdag uden en solid voksenstøtte kan blive meget uoverskuelig.

Du kan hjælpe barnet ved at:

- Aftale med barnet at du ringer på et eller flere bestemte tidspunkter hver dag og hører, om de har fået lavet lektier, og hvad de ellers har lavet.
 - Det kan være en god idé at aftale på forhånd, hvor lange tid I skal snakke sammen. Fx 10 min kl. 08.00 og 10 min. kl. 17.00. På den måde får I forventningsafstemt på forhånd.
- Bed barnet om at dele sit skoleskema med dig og tag udgangspunkt i det. På den måde har I en fast struktur, I kan arbejde med.
- At I sammen laver en liste over tre ting, som barnet skal nå hver dag – det kan være stort som småt. Fx gå en tur med hunden, gå ud med skraldet, løb op og ned af trapperne, lav tyve sprællemænd, syng en sang. Sørg for at alle forslag passer med myndighedernes anbefalinger til vores adfærd.

Lektiehjælp

Som online lektiehjælper er du en vejleder og ikke fagekspert. Din opgave er at motivere barnet/den unge, så han eller hun selv finder løsningen. Vi forventer ikke, at du har svaret på alle elevens spørgsmål, og vi forventer heller ikke, at du kan hjælpe med alle fag.

Derudover er det vigtigt at huske på, at der fra skolernes side ikke er nogle forventninger om, at børn kan lære det samme under de nuværende Corona-betingelser, som de ellers ville gøre. Ideen med lektiehjælp er "blot" at forsøge at sikre, at hullerne ikke bliver alt for store. Selvsagt er kvaliteten af fjernundervisning ikke lige så god som normal undervisning, derfor kan man som lektiehjælper også finde på sjove lege eller andet, der kan give følelsen af læring på anden vis og/eller holde humøret oppe hos barnet – se eventuelt afsnittet om online-legeven for inspiration. Internettet er fyldt med gode råd til forældre om, hvordan de kan hjælpe deres børn bedst muligt. Søg eventuelt også inspiration der.

Det skal du gøre, inden du går i gang med lektiehjælp:

- Oplys barnet/den unge om rammerne og reglerne for lektiehjælpen, inden I går i gang
- Aftal en tidsramme før i "mødes". Fx maks. 45 min. pr. session
- Brug den indledende snak til at afstemme forventninger med barnet/den unge, både ift. tidsrammen, opgaven og din hjælp, og evt. hvordan de kan forberede sig fra gang til gang
- Vær realistiske i forventningsafstemningen med barnet/den unge om, hvad I kan nå i en session. Spørg f.eks., hvad der er det vigtigste, så I kan koncentrere jer om det.
- Fortæl gerne barnet/den unge, at jo bedre forberedte de er, jo bedre kan de få hjælp fra jer. Fortæl gerne barnet/den unge, at de eksempelvis kan:
 - Tage billeder af deres opgaver, så de er klar til at sende dem
 - Forberede, hvad de vil have hjælp til
- Det er ikke meningen, at du skal lave lektierne – du er en vejleder og støtte!

Anerkendende tilgang til lektiehjælpen skaber gode resultater

- Det er okay at barnet/den unge er frustreret, og du må gerne give dem ret i, at lektierne nogle gange er svære!
- Mød barnet/den unge der, hvor de er med deres lektier.
- Positive forventninger er afgørende for en succesoplevelse.
- Hold fokus på det, der virker for barnet/den unge.

Det kan du gøre under selve lektiehjælpen:

Spørg ind til barnet/den unge:

- "Giver det mening, hvad jeg siger?"
- "Er du blevet forvirret? Hvad forvirrer dig?"
- "Er det den her type hjælp, du havde regnet med?"
- "Har du haft en lignende opgave før – hvordan løste du den?"
- Giv et gratis gæt: Hvis barnet/den unge er gået helt i stå, så giv dem et gratis gæt. Det gør ikke noget, at gættet er forkert! Det er nemlig et udgangspunkt, I kan bruge til at arbejde videre. Det kan være en vigtig ting for barnet/den unge at opleve, at det er OK at svare forkert – det er bare vigtigt at forsøge!

Hvis I ikke blev helt færdige eller hvis barnet/den unge gerne vil have mere hjælp, selvom I blev færdige med elevens spørgsmål:

- Forklar hvorfor du ikke har mere tid. At der er andre, som har brug for din hjælp.
- Giv barnet/den unge gode råd til at arbejde videre efter sessionen, f.eks. "Prøv at se på kommaerne i resten af din stil, ligesom vi har gjort det sammen"

Det er helt ok, at du ikke kan svar/facit på stående fod. Du har flere muligheder:

- Find en fremgangsmåde/en løsning i samarbejde med barnet/den unge
- Research: Slå op på nettet
- Det er okay, at du ikke har alle svar! Det viser barnet/den unge, at selv "voksne" kan have svært ved lektierne – og det er derfor okay, at de synes, det er svært

Online-legeven

Som online-legeven handler det om 'at lege sammen' – online. Dette kan sagtens kombineres med at være strukturstøtte eller lektiehjælp. Det vigtigste er dog, at du stadig får forventningsafstemt med barnet omkring, hvilken online kanal I bruger, hvem der kontakter hvem, hvornår og hvor længe. Altså gælder de samme forholdsregler, uanset om du er strukturstøtte, lektiehjælp, legeven – eller alle tre dele. Det er også her, I måske er flere om at skabe et CoronaVen-fællesskab.

Sjove ting I kan lave sammen online:

MOVIE-NIGHT A LA CORONA

- Se en film sammen over face-time via gratis kanaler som DR eller YouTube

SPILLECAFÉ

- Quiz mod hinanden på DR ULTRAs quizside: <https://www.dr.dk/ultra/quiz>
- Hvis begge har samme fysiske spil, kan man også spille det mens man Face-timer. Man flytter bare også modstanderens brikker, som de gør på deres plade

SOCIALE GAMING APPS

- I kan spille computer sammen/game sammen ved at bruge appen Discord, hvis spillet ikke har et integreret kommunikationsforum. Lav fx et fedt LAN-party over Discord med dine venner. (Discord kan downloades som app til telefon og computer og kan bruges, mens man spiller. Discord har også "voice-forum", hvor man kan stille spørgsmål/lave en tråd, hvor man kan kommunikere med folk relateret til gaming. Her kan man joine forskellige forums med fremmede. Hvis du gerne vil chatte med andre mere anonymt, kan man bruge chatten på Twitch til at kommunikere gennem, mens man ser en stream video)

ANDET:

- Lav madklub online hvor I facetimer, mens I laver mad eller bare aftaler at mødes over facetime med hver jeres mad
- Lav yoga online
- Læse eller syng højt for hinanden
- Lav en rap
- Spil på et instrument
- Fællessang på DR kl. 09.05 hver morgen.

Det tekniske

Som CoronaVen har du kontakt med barnet eller den unge via mobil, Skype, Zoom eller Facebook – brug den kanal, som giver bedst mening for jer. Uanset er det vigtigt, at I kan høre – og gerne se – hinanden, så der ikke opstår misforståelser.

Hvis I har brug for en krypteret forbindelse, kan I gratis bruge Kara Connect, som er en online platform sikret til at håndtere personfølsomme data. Programmet fungerer ligesom Skype og er gratis under Corona. (kontakt programkonsulent Louise Dyrholm på louise.d@urk.dk, hvis I har brug for hjælp til oprettelse)

URK har ingen profiler til rådighed, men opret eventuelt din egen URK-Skype eller URK-Facebookprofil og brug denne til at kommunikere med barnet. Hvis du bruger din privattelefon, er det vigtigt at aftale inden, hvornår på dagen du kan kontaktes – eller om det kun er dig, der ringer op.

Hvis det viser sig, at barnet ikke har adgang til it-redskaber/telefon selv, så er det lidt sværere at hjælpe lige nu, men spørg gerne blandt jeres samarbejdspartnere, fx har vi hørt fra en boligsocial medarbejder, at de kan hjælpe med it-grej, og de fleste skoler burde også have en løsning. URK-sekretariatet forsøger også at skaffe fondsmidler til at kunne støtte særligt udsatte børn og unge især på institutionerne.

Det skal du gøre ift. jeres online kommunikation:

- Lav en god og klar aftale med barnet om, hvornår I kan være i kontakt og hvor længe, og sørg for at overholde disse aftaler så ingen af jer skal sidde og vente – det skaber utryghed.
- Aftal med barnet, hvilken online kanal I bruger. Bruger I mobil, Skype eller Facebook? Det er lettest at bruge det samme medie hver gang, så man ikke bliver forvirret.
- Start altid et møde med at spørge barnet ”Kan du høre mig?”
- Afklar gerne kommunikationsformen, når I laver en aftale – Skal du snakke, eller skal det være ren chat? Nogle foretrækker ren chat.
- Spørg barnet om han/hun har et head set eller høretelefoner, der kan sluttes til computeren, så I kan høre hinanden ordentligt.

Så er der bare tilbage at sige rigtig god fornøjelse – og tusind tak fordi, I er noget særligt for en hel masse børn og unge, som lige nu har ekstra meget brug for fællesskaber! Jeres engagement som CoronaVen er guld værd!

På sekretariatet sidder vi klar, hvis I har brug for sparring og hjælp i forbindelse med indsatsen. Det gælder også, hvis I har oplevelser eller dilemmaer som CoronaVen, I har behov for at vende. Tøv ikke med at kontakte jeres konsulent eller skriv til Line på line.g@urk.dk.

1. Udgave – d. 23.03.20