



Ένας Οδηγός μέσα από  
την εμπειρία του Home-Start

# Θέλω να γίνω εθελοντής σε οικογένειες

Ελένη Βραδί

Αθήνα, 2013

[www.homestart.org.gr](http://www.homestart.org.gr)

### **Τι είναι το Home-Start;**

Το Home-Start είναι ένα πρόγραμμα που απευθύνεται σε κάθε οικογένεια που αντιμετωπίζει δυσκολίες ή βρίσκεται υπό πίεση και έχει τουλάχιστον ένα παιδί προσχολικής ηλικίας. Κατάλληλα επιλεγμένοι και εκπαιδευμένοι εθελοντές προσφέρουν σε τακτική βάση (συνήθως μια φορά την εβδομάδα), κατ' οίκον, υποστήριξη, φιλία και πρακτική βοήθεια, για όσο χρόνο χρειαστεί. Στηρίζουν τις οικογένειες έτσι ώστε να ξεπερνιούνται οι όποιες δυσκολίες και να προλαμβάνονται τα σοβαρότερα προβλήματα που μπορεί να εκδηλώσουν.

Το πρόγραμμα στοχεύει στη βελτίωση της αυτοπεποίθησης και την ενίσχυση της αυτοδυναμίας των οικογενειών, ώστε να γίνουν ικανές να ανταποκριθούν στον γονεϊκό τους ρόλο, να αξιοποιούν άλλες υπηρεσίες και να αναπτύσσουν κοινωνικά δίκτυα και συναναστροφές. Οι υπηρεσίες του προγράμματος είναι δωρεάν και εμπιστευτικές.

Ένα πρόγραμμα Home-Start λειτουργεί ως μια ανεξάρτητη μη κυβερνητική, μη κερδοσκοπική οργάνωση. Επιπλέον, μπορεί να λειτουργήσει και στα πλαίσια φορέων των οποίων οι σκοποί συνάδουν με τους σκοπούς του Home-Start με την προϋπόθεση ότι αυτοί αποδέχονται τα πρότυπα πρακτικής και δεοντολογίας του Home-Start.

Το κάθε πρόγραμμα πλαισιώνεται από έναν τουλάχιστον αμειβόμενο συντονιστή, που είναι υπεύθυνος για την οργάνωση και λειτουργία του προγράμματος και την καθοδήγηση των εθελοντών. Ο συντονιστής επίσης προωθεί την ανάπτυξη τοπικού δικτύου από υπηρεσίες οι οποίες συνδέονται με το πρόγραμμα για την καλύτερη δυνατή κάλυψη των αναγκών των οικογενειών.

### **Το Home-Start μπορεί να βοηθήσει..**

- Μονογονεϊκές οικογένειες
- Πολύτεκνες οικογένειες
- Μητέρες με επιλόχεια κατάθλιψη
- Οικογένειες νέο-εγκατεστημένες στην περιοχή
- Μοναχικούς ή απομονωμένους γονείς
- Οικογένειες μεταναστών κάθε προέλευσης
- Οικογένειες όπου υπάρχει πρόβλημα υγείας ή αναπηρίας
- Κάθε οικογένεια, με τουλάχιστον ένα παιδί προσχολικής ηλικίας

### **Το Home-Start σε παγκόσμιο επίπεδο**

Το Home-Start είναι ένα διεθνές πρόγραμμα που ξεκίνησε το 1973 στη Μ. Βρετανία και μέσα σε λίγα χρόνια αναπτύχθηκαν προγράμματα σε περισσότερες από 20 χώρες. Το πρώτο πρόγραμμα Home-Start στην Ελλάδα αναπτύχθηκε πιλοτικά στη Θεσσαλονίκη το 2004, στο συνοικισμό του Φοίνικα του δήμου Καλαμαριάς. Σήμερα λειτουργούν δύο προγράμματα: ένα στον Δήμο του Βόλου που ξεκίνησε το 2006 και ένα στην Αθήνα, που ξεκίνησε τον Απρίλιο του 2011. Τα ελληνικά προγράμματα συντονίζονται και εποπτεύονται από τον Εθνικό Συντονιστή που είναι η Home-Start Ελλάς [www.homestart.org.gr](http://www.homestart.org.gr). Όλες οι χώρες με προγράμματα Home-Start εντάσσονται σε ένα παγκόσμιο δίκτυο το οποίο συντονίζεται από την Home-Start Worldwide [www.homestartworldwide.org](http://www.homestartworldwide.org). Τα προγράμματα Home-Start σε όλο τον κόσμο δεσμεύονται να ακολουθούν κοινά πρότυπα πρακτικής και δεοντολογίας που κατοχυρώνουν τον ιδιαίτερο και μοναδικό τους χαρακτήρα.

### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή .....	4
ΚΕΦ. 1 Το περιεχόμενο της εργασίας του εθελοντή.....	5
ΚΕΦ. 2 Οι δεσμεύσεις - υποχρεώσεις του εθελοντή Home-Start .....	6
ΚΕΦ. 3 Ποιος μπορεί να γίνει εθελοντής Home-Start .....	7
ΚΕΦ. 4 Η σχέση εθελοντή-συντονιστή .....	9
ΚΕΦ. 5 Η συνεργασία με τις οικογένειες και τα όρια της.....	10
ΚΕΦ. 6 Αρχές και δεοντολογία .....	11
ΚΕΦ. 7 Τα δικαιώματα των εθελοντών.....	12
ΚΕΦ. 8 Τα οφέλη για τον εθελοντή .....	15
Ιστορίες εθελοντών Home-Start από όλο τον κόσμο.....	17
Βοηθήματα-βιβλιογραφία .....	22
Πληροφορίες Έκδοσης.....	22







## Εισαγωγή

Στις μέρες μας λειτουργούν διάφορα προγράμματα που έχουν ως στόχο τη στήριξη οικογενειών, τόσο σε εθνικό όσο και σε διεθνές επίπεδο. Πολλά από τα προγράμματα αυτά λειτουργούν κατά βάση με εθελοντές, οι οποίοι προσφέρουν εθελοντική εργασία τόσο σε άτομα όσο και σε οικογένειες, μέσα στα σπίτια τους. Στόχος τους είναι να τις στηρίξουν στην καθημερινότητά τους, να τις καταστήσουν λιγότερο ευάλωτες και να τις ενδυναμώσουν ώστε να γίνουν περισσότερο λειτουργικές και αυτόνομες.

Ο παρόν Οδηγός είναι εμπνευσμένος από τη φιλοσοφία και τις πρακτικές του Home-Start. Στοχεύουμε στο να αποτυπώσουμε τα διδάγματα της εμπειρίας του Home-Start, με την ελπίδα ότι θα είναι χρήσιμα σε όλους τους ανθρώπους που ενδιαφέρονται να γίνουν εθελοντές στην οργάνωσή μας. Όμως χρήσιμα πιστεύουμε ότι θα είναι και σε όλους τους εθελοντές που δουλεύουν με οικογένειες σε άλλες οργανώσεις αυτή τη στιγμή ή ενδιαφέρονται να γίνουν εθελοντές στο μέλλον.

Ο πυρήνας της δουλειάς του Home Start είναι οι εθελοντές του. Είναι οι άνθρωποι εκείνοι που είναι πάντα διαθέσιμοι να ακούσουν με υπομονή και χωρίς να κρίνουν κάθε οικογένεια στα δύσκολα, σεβόμενοι τα προσωπικά της δεδομένα. Επιπλέον, με τις σχέσεις που αναπτύσσουν με όλα τα μέλη των οικογενειών, αναδύουν και αναδεικνύουν τα θετικά τους στοιχεία. Επίσης τα ενθαρρύνουν να γίνουν ικανά να αναγνωρίζουν και άλλες οπτικές ενός θέματος και να δίνουν τις δικές τους λύσεις στις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν. Με την πολύτιμη αυτή συνεισφορά τους βοηθούν τις οικογένειες να σταθούν ξανά στα πόδια τους και να αποφύγουν πιθανές κρίσεις ή ακόμα και τη διάλυσή τους.

Επιδιώκουμε σε αυτόν τον Οδηγό να θέσουμε ξεκάθαρα τις βασικές αρχές και τη φιλοσοφία του Home-Start, καθώς και να λύσουμε απορίες που συχνά δημιουργούνται στους εθελοντές που δουλεύουν με οικογένειες.

Ελπίζουμε ο Οδηγός αυτός να φανεί χρήσιμος σε όλους τους εθελοντές που θέλουν να στηρίξουν οικογένειες οι οποίες σε κάποια φάση της ζωής τους χρειάζονται μια εξωτερική βοήθεια.



## 1. Το περιεχόμενο της εργασίας του εθελοντή

### Τι ακριβώς θα κάνω ως εθελοντής Home-Start;

Οι εθελοντές μας πραγματοποιούν τακτικές επισκέψεις σε σπίτια οικογενειών με μικρά παιδιά. Σκοπός μας είναι να ενδυναμώσουμε την οικογένεια που στηρίζουμε και να τη βοηθήσουμε να γίνει ανεξάρτητη. Ο τρόπος με τον οποίο βοηθούν οι εθελοντές μας αφορά και προσαρμόζεται στις ανάγκες της εκάστοτε οικογένειας. Με αυτή την έννοια, δεν υπάρχει μια “μοναδική” μέθοδος εργασίας καθώς κάθε οικογένεια είναι ξεχωριστή και έχει διαφορετικά χαρακτηριστικά και ανάγκες.

Το Home-Start απευθύνεται και στηρίζει τους γονείς στο γονεϊκό τους ρόλο, αναγνωρίζοντας την καθοριστική σημασία του στα πρώτα στάδια της ζωής του παιδιού. Τα παιδιά σε αυτή την πολύ μικρή ηλικία περνούν το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου τους στο σπίτι με την οικογένεια τους, άρα η οικογένεια και ιδιαιτέρως οι γονείς αποτελούν το βασικό φορέα επίδρασης στα παιδιά και κοινωνικοποίησης τους.

Γι' αυτό και το Home-Start «χτίζει» την παρέμβαση του γύρω από τους γονείς, εμπερικλείοντας όμως παράλληλα και τα παιδιά. Μόνο όταν υπάρχει μια θετική σχέση ανάμεσα στους γονείς και στο παιδί αυξάνονται οι πιθανότητες αποκατάστασης των όποιων δυσκολιών του παιδιού.

Βασικός σκοπός λοιπόν είναι να διαμορφώσουμε ένα οικογενειακό περιβάλλον μέσα στο οποίο το παιδί θα μεγαλώνει ευτυχισμένο, θα αναπτύσσει την κοινωνικότητα του και θα αξιοποιεί τις δυνατότητες του. Το Home-Start αναγνωρίζει την προσφορά των γονιών και τις τεράστιες προσπάθειες που καταβάλλουν, σε αντίξοες πολλές φορές συνθήκες και τους υποστηρίζει στις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν έτσι ώστε να λειτουργούν θετικά ως γονείς προς

όφελος των παιδιών τους.

Σε γενικές γραμμές, προσδοκούμε από τους εθελοντές μας:

- να στηρίξουν τόσο συναισθηματικά όσο και πρακτικά τις οικογένειες
- να δείχνουν τον απαραίτητο σεβασμό στις οικογένειες που επισκέπτονται και να φέρονται με αξιοπρέπεια απέναντι στην ξεχωριστή ταυτότητα του κάθε ανθρώπου που βοηθάνε
- να καθησυχάζουν τις οικογένειες πως τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν είναι καθημερινά και συνηθισμένα και όχι μοναδικά και ανυπέρβλητα
- να τονίζουν τα θετικά στοιχεία των γονιών
- να διευκολύνουν τους γονείς να βρίσκουν λύσεις στα προβλήματά τους
- να ενθαρρύνουν την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων των γονιών
- να βοηθούν τους γονείς να έχουν πρόσβαση και να χρησιμοποιούν αποτελεσματικά τις υπηρεσίες της κοινότητάς τους
- να ωθούν τους γονείς να αναπτύξουν κοινωνικά δίκτυα και συναναστροφές

Η προσέγγιση του Home-Start είναι πάνω από όλα προσωπική. Έχοντας στο επίκεντρο την κατά πρόσωπο επικοινωνία, οι εθελοντές μας δημιουργούν ουσιαστικές ανθρώπινες σχέσεις. Έτσι, οι οικογένειες που στηρίζουμε νοιώθουν πως δεν είναι μόνες τους.

### Τι οικογένειες θα βοηθάω;

Όλες οι οικογένειες μπορεί κάποια στιγμή να αντιμετωπίσουν προβλήματα και να αναζητή-

σουν βοήθεια. Στο Home-Start βοηθάμε οικογένειες που ζητούν υποστήριξη από εμάς για ένα ευρύ φάσμα δυσκολιών από πιο απλές, όπως είναι το άγχος της καθημερινότητας ή η γέννηση ενός παιδιού μέχρι και πιο σύνθετες, όπως μια αρρώστια, μια αναπηρία, ένας θάνατος, η μοναξιά.



### Με τα λόγια των εθελοντών μας...

Τι πιστεύετε ότι προσφέρετε στις οικογένειες που βοηθάτε;

- ✓ «ένα αυτί να ακούει»
- ✓ «ηθική στήριξη»
- ✓ «αγάπη, στοργή, συμπαράσταση, γνώση»
- ✓ «χρόνο και υποστήριξη, ενθάρρυνση, παιχνίδι, συζήτηση, αγάπη»
- ✓ «συναισθηματική στήριξη»
- ✓ «χαρά και παιχνίδι στα παιδιά»

## 2. Οι δεσμεύσεις-υποχρεώσεις του εθελοντή Home-Start

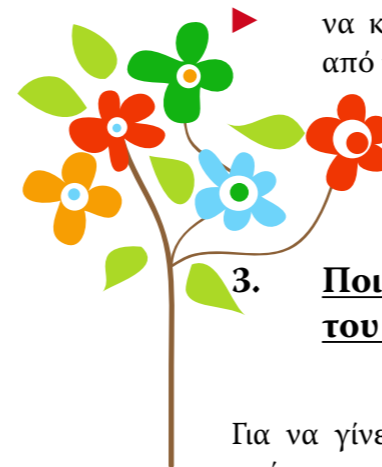
Στο Home-Start αναζητούμε καθημερινούς ανθρώπους με όρεξη, που κατανοούν πόσο δύσκολο είναι να φέρνεις στον κόσμο παιδιά. Είσαι ο άνθρωπός μας αν είσαι υπεύθυνος, αξιόπιστος και συνεπής ως προς τις υποχρεώσεις που αναλαμβάνεις. Επειδή επιθυμούμε να δημιουργήσουμε σχέσεις εμπιστοσύνης που αντέχουν στο χρόνο, επιλέγουμε εθελοντές οι οποίοι είναι διαθέσιμοι να παραμείνουν κοντά μας για τουλάχιστον δύο χρόνια. Εξ άλλου η διαδικασία εκπαίδευσης, σύνδεσης με μια οικογένεια και βέβαια αυτή καθαυτή η κατ' οίκον υποστήριξη θέλει το χρόνο της.

Η βασική δέσμευσή σου ως εθελοντής Home-Start είναι να βοηθάς και να στηρίζεις μια συγκεκριμένη οικογένεια τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα για δύο με τρεις ώρες. Αν έχεις τη δυνατότητα, είναι πιθανό να σου ζητήσουμε να μας βοηθήσεις να στηρίξουμε παραπάνω από μια οικογένειες, καθώς ορισμένες φορές ο αριθμός των οικογενειών που πρέπει να βοηθήσουμε είναι μεγάλος.

Αν επιλεγείς ως εθελοντής Home-Start, χρειάζεται να δεσμευτείς επί πλέον ως προς τα ακόλουθα:

- ▶ να υποστηρίζεις και να επιμελείσαι τις οικογένειες που έχεις αναλάβει
- ▶ να ακολουθείς το πλάνο υποστήριξης που έχει σχεδιαστεί από κοινού με την οικογένεια και ανταποκρίνεται στις δυσκολίες που αυτή αναγνωρίζει ότι αντιμετωπίζει

- ▶ να συμμετέχεις αρχικά στο πρόγραμμα προετοιμασίας που διαρκεί περίπου 30-40 ώρες, αλλά και στη συνέχεια στις συναντήσεις ομαδικής υποστήριξης που λαμβάνουν χώρα μια φορά το μήνα
- ▶ να συνεργάζεσαι με το συντονιστή του Home-Start ο οποίος θα σε καθοδηγεί και θα σε στηρίζει στο έργο σου. Οφείλεις να τον ενημερώνεις σε σχέση με τα προβλήματα ή αλλαγές που προκύπτουν στις οικογένειες που επισκέπτεσαι, καθώς και για δικά σου προβλήματα που μπορεί να επηρεάσουν τις επισκέψεις σου στις οικογένειες
- ▶ να ακολουθείς πιστά τις οδηγίες του Home-Start σε σχέση με την εχεμύθεια και την προστασία των παιδιών. Επίσης χρειάζεται να κατανοείς και να τηρείς την πολιτική του Home-Start σχετικά με τις ίσες ευκαιρίες, την υγεία και την ασφάλεια
- ▶ να φροντίζεις ώστε το όχημά σου να πληροί τις απαραίτητες προϋποθέσεις ασφαλείας σε περίπτωση που μεταφέρεις οικογένειες
- ▶ να κρατάς το αρχείο που προβλέπεται από το πρόγραμμα του Home-Start



## 3. Ποιός μπορεί να γίνει εθελοντής του Home-Start

Για να γίνεις εθελοντής στο Home-Start δεν πρέπει να έχεις κάποια συγκεκριμένα προσόντα. Η εμπειρία του να μεγαλώνεις παιδιά είναι το πιο αληθινό "προσόν" που απαιτείται από σένα, χωρίς όμως να είναι και το μοναδικό.

### Γιατί η γονεϊκή εμπειρία είναι σημαντική;

Στο Home-Start ξέρουμε καλά τις δυσκολίες του να μεγαλώνεις ένα παιδί. Είναι σημαντικό οι εθελοντές μας να γνωρίζουν και οι ίδιοι από πρώτο χέρι αυτές τις δυσκολίες. Η γονεϊκή εμπειρία για το Home-Start αποτελεί περιουσιακό στοιχείο. Το Home-Start αναγνωρίζει ότι μέσα από αυτό το βίωμα δίδεται η δυνατότητα στους γονείς να μάθουν από τα λάθη τους. Το αποτέλεσμα αυτής της ενδοσκόπησης ή της «εξερεύνησης» του εαυτού τους είναι να ωριμάσουν σαν προσωπικότητες. Αυτό τους καθιστά ικανούς να μπορούν να προσφέρουν πολύτιμη βοήθεια και σε άλλους γονείς.

Εθελοντές στο Home-Start μπορούν να γίνουν άνθρωποι που είχαν ή έχουν κάποια γονεϊκή εμπειρία. Τέτοιοι άνθρωποι μπορεί να είναι:

- φυσικοί γονείς
- ένας πατριός ή μια μητριά
- ένας μεγαλύτερος αδελφός που έχει πάρει το ρόλο του γονέα σε περίπτωση θανάτου ή εγκατάλειψης του ίδιου του γονέα

Είναι σημαντικό για τις οικογένειες να γνωρίζουν ότι οι εθελοντές που τις βοηθούν έχουν γονεϊκή εμπειρία οι ίδιοι και πως έχουν βιώσει τις χαρές και τις δυσκολίες του να μεγαλώνεις ένα παιδί. Αυτή η κοινή εμπειρία του να είσαι γονιός είναι πολύτιμη καθώς δημιουργεί το απαραίτητο κλίμα οικειότητας και εμπιστοσύνης ανάμεσα στην οικογένεια και τον εθελοντή.

Δεν αποκλείεται οι οικογένειες που υποστηρίζουμε να βοηθούνται και από άλλους φορείς όπως για παράδειγμα κοινωνικούς λειτουργούς, συμβούλους οικογενειακής υποστήριξης κτλ. Οι εθελοντές του Home-start όμως, έχοντας οι ίδιοι γονεϊκή εμπειρία, είναι ξεχωριστοί και διαφέρουν ως προς άλλους φορείς υποστήριξης.





### Τι άλλο χρειάζεται για να γίνεις εθελοντής;

Πέραν από τη γονεϊκή εμπειρία, για να γίνεις εθελοντής, θα ήταν χρήσιμο επιπλέον:

- ▶ να έχεις επικοινωνιακές ικανότητες
- ▶ να μπορείς να λειτουργήσεις μέσα σε μια ομάδα
- ▶ να μπορείς να αναλάβεις δεσμεύσεις και να είσαι συνεπής ως προς τις υποχρεώσεις που αναλαμβάνεις προς τις οικογένειες
- ▶ να είσαι ενθουσιώδης, ανοιχτός, με αίσθηση του χιούμορ
- ▶ να πιστεύεις και να λειτουργείς με βασικές αρχές όπως ο σεβασμός προς τον άλλο, η εχεμύθεια και η μη διάκριση όταν έρχεσαι σε επαφή με ανθρώπους διαφορετικού φύλου, σεξουαλικού προσανατολισμού, εθνικής καταγωγής, θρησκείας ή κουλτούρας ή ανθρώπους με κάποια αναπηρία.

Στο Home-Start δεχόμαστε τους ανθρώπους που πληρούν τα παραπάνω κριτήρια ανεξάρτητα από τη χώρα προέλευσής τους και την ηλικία τους. Επιλέγουμε με μεγάλη προσοχή τους εθελοντές μας και αξιολογούμε αν έχουν τις απαραίτητες προϋποθέσεις προκειμένου να προσφέρουν εθελοντικά τις υπηρεσίες τους στην οργάνωσή μας. Εμείς ως Home-Start επιλέγουμε τους καταλληλότερους εθελοντές, τους προετοιμάζουμε για το έργο τους και είμαστε δίπλα τους σε οτιδήποτε χρειαστούν.

Για να γίνεις εθελοντής στο Home-Start, θα πρέπει να μας προσκομίσεις μια ως δύο συστατικές επιστολές που θα πιστοποιούν την ικανότητά σου να λειτουργήσεις ως εθελοντής.

Είναι προφανές ότι δεν μπορεί να γίνει εθελοντής κάποιος που έχει διαπράξει αδίκημα που

επισύρει έκπτωση από τη γονική μέριμνα ή για κακοποίηση/παραμέληση ανηλίκων ή για εγκλήματα κατά της γενετήσιας ελευθερίας ή για παράβαση της ισχύουσας νομοθεσίας περί ναρκωτικών ή περί εμπορίας ανθρώπων ή οργάνων. Για το λόγο αυτό, βασική απαίτηση του προγράμματός μας είναι να προσκομίζει ο εθελοντής πριν την έναρξη της συνεργασίας με τις οικογένειες το αντίστοιχο για τα ανωτέρω αδικήματα αντίγραφο ποινικού μητρώου και να δηλώνει υπεύθυνα ότι δεν εκκρεμούν υποθέσεις σε βάρος του που σχετίζονται με τα ανωτέρω



αδικήματα.

Τα παραπάνω τα ζητάμε καθώς βασική μας μέριμνα είναι η ασφάλεια των οικογενειών και κυρίως των παιδιών που προσπαθούμε να βοηθήσουμε.

Σε περίπτωση που θέλεις να γίνεις εθελοντής Home-Start και δεν έχεις γονεϊκή εμπειρία, μην απογοητεύεσαι! Υπάρχουν πολλοί τρόποι να μας βοηθήσεις. Για παράδειγμα θα μπορούσες να φανείς χρήσιμος σε μια σειρά από δραστηριότητες της οργάνωσής μας όπως: βοηθώντας σε εκδηλώσεις που πραγματοποιούν τα προγράμματά μας, σαν ομιλητής σε ομάδες με οικογένειες ή εθελοντές, σαν μέλος στις ομάδες ανεύρεσης πόρων, προσφέροντας υπηρεσίες σε άπορες οικογένειες όπως π.χ. μαθήματα αγγλι-



κών σε παιδιά ή μελέτη των μαθημάτων τους και συμμετέχοντας σε ερευνητικές δράσεις. Μπορούμε ακόμα να σε φέρουμε σε επαφή με άλλες οργανώσεις που έχουν ανάγκη τη βοήθειά σου.

### 4. Η σχέση εθελοντή-συντονιστή

Στο Home-Start πρέπει να γνωρίζεις ότι δεν είσαι μόνος. Υπάρχει πάντα ένας επαγγελματίας που είναι δίπλα σου. Αυτός είναι ο συντονιστής, ο οποίος αποτελεί και τον άνθρωπο-κλειδί του προγράμματος. Ο συντονιστής είναι το σημείο αναφοράς του εθελοντή για κάθε του απορία ή δυσκολία.

#### Ο συντονιστής είναι υπεύθυνος για:

- ▶ Την προσέλκυση και επιλογή των εθελοντών
- ▶ Την προετοιμασία τους ώστε να καταλάβουν ποιος είναι ο ρόλος τους και οι αρχές δεοντολογίας του προγράμματος
- ▶ Το ταίριασμα του εθελοντή με την κατάλληλη γι' αυτόν οικογένεια
- ▶ Την κατάρτιση, σε συνεργασία με τον εθελοντή και την οικογένεια, ενός πλάνου δουλειάς που να ανταποκρίνεται στις ανάγκες της συγκεκριμένης οικογένειας
- ▶ Την υποστήριξη των εθελοντών κατά την εκτέλεση του έργου τους
- ▶ Τη φροντίδα για την ασφάλεια, ευημερία

και εξέλιξη των εθελοντών

Επισημαίνουμε ιδιαίτερα τη διαδικασία του ταίριασματος ενός εθελοντή με μια οικογένεια, η οποία λαμβάνει χώρα μετά το πρόγραμμα προετοιμασίας των εθελοντών. Η διαδικασία αυτή γίνεται με μεγάλη προσοχή από το συντονιστή του οποίου βασικό μέλημα είναι να συσχετίσει τις ανάγκες της κάθε οικογένειας αφενός με τις δεξιότητες αλλά και τις ευαισθησίες του εθελοντή αφετέρου. Με άλλα λόγια, μια από τις προϋποθέσεις για να συνδεθείς ως εθελοντής με μια οικογένεια, είναι οι ανάγκες της να συμβαδίζουν με τις εμπειρίες και ευαισθησίες σου. Το σωστό ταίριασμα εθελοντή/οικογένειας αποτελεί ένα από τα κλειδιά για την αποκατάσταση των δυσκολιών μιας οικογένειας.

Η συστηματική συνεργασία και υποστήριξη που λαμβάνει ο εθελοντής από το συντονιστή είναι αυτή που προσφέρει στον εθελοντή το απαραίτητο πλαίσιο για να επιτελέσει το έργο του και τη σιγουριά ότι το κάνει σωστά.



Η σχέση του εθελοντή με το συντονιστή είναι μια σχέση αμοιβαίας εμπιστοσύνης και καλής συνεργασίας. Τα προβλήματα και οι δυσκολίες συζητούνται με θετική διάθεση προκειμένου να βελτιωθεί η δουλειά και η ποιότητα της υποστήριξης προς τις οικογένειες.

Στο πλαίσιο της δουλειάς του, ο εθελοντής μπορεί να χρειαστεί να έλθει σε επαφή με άλλες υπηρεσίες ή άλλους

επαγγελματίες. Όλες οι επαφές με τρίτους γίνονται μετά από συνεργασία και τη σύμφωνη γνώμη του συντονιστή. Η εμπειρία του Home-Start έχει αποδείξει ότι οι εθελοντές είναι οι φυσικοί διαμεσολαβητές ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας και τους επαγγελματίες. Αυτό συμβαίνει γιατί η επικοινωνία τους με τις οικογένειες είναι άμεση (από γονέα προς γονέα) άρα ευκολότερη.



Επίσης είναι και μη «επαγγελματική» άρα χωρίς αυστηρά προκαθορισμένη μέθοδο εργασίας που ενδεχομένως τις δυσκολεύει. Ακόμη είναι και πιο συμμετοχική άρα λιγότερο στιγματική.

## 5. Η συνεργασία με τις οικογένειες και τα όρια της

Από τη στιγμή που θα αρχίσεις να εργάζεσαι ως εθελοντής που στηρίζει οικογένειες, θα κληθείς να αντιμετωπίσεις μια σειρά από νέες προκλήσεις και θα γίνεις μάρτυρας τόσο ευχάριστων, όσο και δυσάρεστων καταστάσεων. Η συνεργασία σου με τις οικογένειες θα σου μάθει πόσο σημαντικό είναι να μοιράζεσαι. Θα ζήσεις στιγμές χαράς και συγκίνησης. Θα ανταμειφτείς για τους κόπους σου, καθώς μετά από συστηματική δουλειά θα δεις τα αποτελέσματα της προσφοράς σου.

Από την άλλη, οι δύσκολες στιγμές και τα προβλήματα είναι μέσα στη ζωή και οι οικογένειες που υποστηρίζουμε δεν αποτελούν εξαίρεση. Γι' αυτό το λόγο, μην περιμένεις πως τα πράγματα θα είναι πάντοτε ρόδινα. Αναποδιές συμβαίνουν και είναι πιθανόν να αποκτήσεις και τραυματικές εμπειρίες. Δεν θα είσαι όμως ούτε ο πρώτος ούτε ο τελευταίος. Ωστόσο δεν υπάρχει λόγος να φοβάσαι! Στο Home-Start μπορούμε να σου δώσουμε τα απαραίτητα εφόδια ώστε να ξεπεράσεις τις δυσκολίες που θα αντιμετωπίσεις. Επίσης θα μπορείς να συζητήσεις τα ζητήματα αυτά με έναν δικό μας επαγγελματία, το συντονιστή του προγράμματος.

Στο Home-Start αναμένουμε από σένα να είσαι αξιόπιστος και συνεπής ως προς τις υποχρεώσεις που αναλαμβάνεις απέναντι στις οικογένειες.

Υπάρχουν όμως και όρια στη σχέση σου με τις οικογένειες που θα βοηθήσεις. Τα όρια είναι απαραίτητα σε όλες τις σχέσεις και θα πρέπει να βεβαιωθείς ότι τα θέτεις και ως εθελοντής Home-Start. Να θυμάσαι ότι στόχος του Home-Start είναι να στηρίξει και να ενδυναμώσει τις οικογένειες ώστε να γίνουν ικανές να προχωρήσουν στη ζωή τους. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να δουλεύεις στο πλευρό των οικογενειών και όχι να κάνεις τα πάντα γι' αυτές.

Κατά τη διάρκεια της εργασίας σου στο Home-Start, είναι σημαντικό να γνωρίζεις τα όρια της δουλειάς που θα κάνεις και κατά συνέπεια να ξέρεις ακριβώς τι δεν πρέπει να κάνεις. Συγκεκριμένα, όταν επισκέπτεσαι οικογένειες χρειάζεται να κινείσαι σύμφωνα με τα παρακάτω:

Να μην ξεπερνάς τα όρια που είχες αρχικά συμφωνήσει με την οικογένεια. Αν κάποιος άνθρωπος που βοηθάς σου ζητήσει να τον επισκέπτεσαι συχνότερα, πρέπει να συζητήσεις το αίτημά του με τον αρμόδιο συντονιστή.

Να θυμάσαι ότι ρόλος σου δεν είναι η φύλαξη των παιδιών και πως η οικογένεια που βοηθάς δεν μπορεί να έχει από σένα αυτήν την απαίτηση. Ωστόσο, οι σχέσεις που θα αναπτύξεις με τις οικογένειες αυτές είναι ανθρώπινες, και επομένως μπορεί καμιά φορά να χρειαστεί να μπει και σε αυτό το ρόλο.

Να θυμάσαι πως σκοπός σου είναι οι άνθρωποι που βοηθάς να μάθουν να είναι ανεξάρτητοι και όχι να εξαρτώνται πλήρως από σένα. Αυτό θα πρέπει να το κάνεις σαφές εξ αρχής ώστε οι οικογένειες να μην έχουν προσδοκίες από σένα που δεν πρόκειται να εκπληρώσεις. Επίσης, δεδομένου ότι ο χρόνος που θα περνάς μαζί τους θα είναι περιορισμένος, χρειάζεται να τους βοηθήσεις να έχουν πρόσβαση και να χρησιμοποιή-

ούν τις δημόσιες υπηρεσίες που είναι διαθέσιμες στην κοινότητά τους, όπως και υπηρεσίες άλλων μη κυβερνητικών-εθελοντικών οργανώσεων που δραστηριοποιούνται στην περιοχή τους.

Να θυμάσαι πως δεν είσαι επαγγελματίας σύμβουλος. Ως άνθρωπος που προσφέρει και συναισθηματική υποστήριξη σε αυτούς τους ανθρώπους θα υπάρξουν φορές που θα είσαι παρών σε συγκρουσιακές καταστάσεις της οικογένειας. Αυτό που χρειάζεται να κάνεις είναι απλά να είσαι ψύχραιμος, να ακούς τα προβλήματά τους υπομονετικά, να συμπονάς αλλά να μην συμπάσχεις μαζί τους. Έτσι μέσα από τη δική σου στάση και υπομονή θα πάρουν το σωστό μήνυμα και θα νοιώσουν πιο ήρεμοι. Ωστόσο, συμβουλευτικές υπηρεσίες μπορούν να παρέχουν μόνο οι κατάλληλα εκπαιδευμένοι επαγγελματίες. Αν πιστεύεις πως οι άνθρωποι που βοηθάς έχουν ανάγκη από επαγγελματικές συμβουλευτικές υπηρεσίες μπορείς να συζητήσεις το θέμα με το συντονιστή σου ώστε να απευθυνθείτε, αν χρειαστεί, στους αρμόδιους φορείς.

Πρέπει πάντοτε να σέβεσαι τον ιδιωτικό χώρο των οικογενειών που επισκέπτεσαι. Να θυμάσαι ότι πηγαίνεις στα σπίτια αυτών των ανθρώπων ως καλεσμένος. Προτού μπεις σε κάποιο δωμάτιο να περιμένεις πάντοτε να σε προσκαλέσουν και να παίρνεις πάντοτε την άδειά τους προτού χρησιμοποιήσεις κάποιο οικιακό εξοπλισμό. Ο χρυσός κανόνας είναι να φέρεσαι με διακριτικότητα και σεβασμό στις κατ'οίκον επισκέψεις σου!

Οι εθελοντές μας γνωρίζουν καλά ότι στο πλαίσιο της αμοιβαίας σχέσης που βασίζεται στη κοινή γονεϊκή εμπειρία, είναι φίλοι Home-Start για τις οικογένειες και όχι οι «κολλητοί τους» φίλοι. Είναι φίλοι Home-Start γιατί επικοινωνούν και «χτίζουν» ανθρώπινες σχέσεις με τις οικογένειες, στο πλαίσιο ενός αιτήματος για υποστήριξη που οι ίδιες δηλώνουν και αναγνωρίζουν ότι έχουν. Στόχος αυτής της σχέσης είναι, οι δυσκολίες και τα προβλήματα των οικογενειών, στο πλαίσιο της συνεργασίας / υποστήριξης από τους εθελοντές Home-Start,

να επιλύονται/αποκαθίστανται. Δεν αποκλείεται όμως μετά το τέλος της υποστήριξης να αναπτυχθούν μεταξύ τους προσωπικές φιλίες, σαν αποτέλεσμα κοινής επιθυμίας και επιλογής.

## 6. Αρχές και δεοντολογία

Τα προγράμματα Home-Start λειτουργούν σε πολλές χώρες

στον κόσμο ακολουθώντας κοινές αρχές και δεοντολογία. Τόσο το αρχικό πρόγραμμα προετοιμασίας, όσο και η διαρκής εκπαιδευτική διαδικασία κατά τη διάρκεια της εθελοντικής σου δραστηριότητας, καλλιεργούν αυτές τις αρχές και σε βοηθούν να τις εφαρμόσεις στην πράξη.

Από τη στιγμή που θα επιλεγείς και θα εργαστείς ως εθελοντής στην οργάνωσή μας αναμένουμε από σένα να τηρείς τις αρχές και τη δεοντολογία του Home-Start και συγκεκριμένα:

### **Να τηρείς το απόρρητο**

Θα πρέπει να γνωρίζεις ότι το απόρρητο των





πληροφοριών για κάθε οικογένεια πρέπει να τηρείται απόλυτα μέσα στο πλαίσιο του Home-Start. Οποιαδήποτε αποκάλυψη πληροφοριών σε τρίτους θα πρέπει να γίνεται με την άδεια των γονιών και μέσω του συντονιστή του προγράμματος. Αποκάλυψη πληροφοριών γίνεται μόνο με το σκεπτικό ότι θα ωφεληθεί η οικογένεια που στηρίζεις.

Όμως υπάρχει μια εξαίρεση: όταν η ασφάλεια ενός παιδιού κρίνεται ότι βρίσκεται σε κίνδυνο, θα πρέπει αμέσως να ενημερώσεις το συντονιστή ο οποίος στη συνέχεια οφείλει να θέσει το θέμα υπόψη της αρμόδιας αρχής. Σε αυτές τις περιπτώσεις δεν οφείλεις να ζητήσεις την άδεια των γονιών.

### Να τηρείς την αρχή των ίσων ευκαιριών

Στο Home-Start υποστηρίζουμε οικογένειες που ανήκουν κυρίως σε ευπαθείς κοινωνικά ομάδες προσφέροντάς τους πρακτική και συναισθηματική υποστήριξη ώστε να έχουν όσο είναι δυνατόν ίσες ευκαιρίες με τους άλλους ανθρώπους. Σεβόμαστε την ταυτότητα, τα δικαιώματα και την αξία του κάθε ατόμου και είμαστε αντίθετοι σε κάθε μορφής διάκριση που σχετίζεται με την εθνικότητα, τη θρησκεία, την κουλτούρα, την αναπηρία, το φύλο, τη σεξουαλική ταυτότητα και την οικογενειακή κατάσταση.

Ως εθελοντής Home-Start καλείσαι να υιοθετήσεις μια κατανοητική, συμπονετική μη κριτική προσέγγιση ως προς τις οικογένειες που στηρίζεις δείχνοντας τον απαραίτητο σεβασμό απέναντί τους. Θα πρέπει να κατανοείς τα προβλήματα των οικογενειών αυτών και τις πολιτισμικές τους καταβολές, χωρίς η συμπεριφορά σου να γίνεται επικριτική και προσβλητική.

Απεναντίας, θα πρέπει να εστιάζεις στα θετικά στοιχεία που έχουν όλες οι οικογένειες και να δώσεις τον καλύτερο σου εαυτό στο να αναδειχθούν.

### Να σέβεσαι και να υποστηρίζεις τα δικαιώματα του παιδιού

Στο Home-Start σεβόμαστε τα δικαιώματα του παιδιού όπως εκφράζονται μέσα από τη Διεθνή Σύμβαση του ΟΗΕ για τα δικαιώματα του παιδιού. Για εμάς στο Home-Start το συμφέρον του παιδιού είναι πρωταρχικής σημασίας και για αυτό το λόγο προβαίνουμε σε όλες τις απαραίτητες ενέργειες για τη διασφάλισή του.

### Να προωθείς την ισότητα των φύλων

Στο Home-Start επιδεικνύουμε ιδιαίτερη ευαισθησία σε θέματα φύλου. Ως εθελοντής στο Home-Start καλείσαι να ενισχύσεις το ρόλο της μητέρας και να προωθείς την θέση της τόσο μέσα στην οικογένεια, όσο και στην κοινωνία γενικότερα. Είναι σημαντικό να βοηθάς τις μητέρες να αναπτύξουν τις δεξιότητες και τις ικανότητές τους. Εξίσου σημαντικό είναι να ενθαρρύνεις τον πατέρα να συμμετέχει ισότιμα στις οικογενειακές ευθύνες και στην οικογενειακή φροντίδα.

## 7. Τα δικαιώματα των εθελοντών

Από τη στιγμή που θα συνεργαστείς μαζί μας ως εθελοντής, πρέπει να γνωρίζεις ότι έχεις τόσο κάποιες βασικές δεσμεύσεις απέναντί μας, όσο και κάποια θεμελιώδη δικαιώματα. Τα δικαιώματά σου αυτά πρέπει να τα γνωρίζεις με

ακρίβεια και να τα διαφυλάττεις. Συγκεκριμένα, τα δικαιώματά σου είναι τα εξής:

### Το δικαίωμα σου στην εκπαίδευση

Το Home-Start οφείλει να φροντίσει ώστε να παρακολουθήσεις ένα προκαταρκτικό πρόγραμμα προετοιμασίας προτού αρχίσεις να επισκέπτεσαι τις οικογένειες στα σπίτια τους. Ακόμα, πρέπει να σου παρέχει κατανοητές πληροφορίες σε σχέση με τη φιλοσοφία του Home-Start και να σου λύνει όποιες απορίες μπορεί να έχεις σχετικά με την οργάνωση.

Η εκπαίδευση για τη βελτίωση του ρόλου σου πρέπει να είναι συνεχής και να σου παρέχεται σε τακτά χρονικά διαστήματα.

### Το δικαίωμά σου στην υποστήριξη

Ο αρμόδιος συντονιστής οφείλει να σου παρέχει συνεχή υποστήριξη και εποπτεία, να σε καθοδηγεί και να επιβλέπει το έργο σου. Ο συντονιστής οφείλει να σου προσφέρει διάφορες μορφές υποστήριξης προκειμένου να καλύπτει τις ανάγκες σου και συγκεκριμένα:

#### 1. Ατομική υποστήριξη-εποπτεία

Αυτή η μορφή υποστήριξης είναι εξαιρετικά σημαντική για τους εθελοντές μας. Η ατομική υποστήριξη και εποπτεία μπορεί να πραγματοποιηθεί είτε κατά πρόσωπο με το συντονιστή, είτε μέσω τηλεφώνου αν πρόκειται για κάτι έκτακτο. Οι συναντήσεις μπορεί να πραγματοποιούνται στους χώρους κατοικίας των εθελοντών ή στην έδρα του προγράμματος. Ο αρμόδιος συντονιστής πρέπει να είναι πάντοτε στη διάθεσή σου και να σε κάνει να νοιώθεις άνετα ώστε να του εμπιστευτείς οποιαδήποτε ζητήματα σε προβληματίζουν.

Κατά τη διάρκεια του προγράμματος προετοιμασίας θα έχεις την ευκαιρία να έρθεις σε επαφή, να γνωρίσεις και να δημιουργήσεις σχέσεις

με άλλους εθελοντές. Πολλοί από αυτούς στην προσωπική τους ζωή αλλά και στην απασχόλησή τους ως εθελοντές, ενδεχομένως να αντιμετωπίζουν ή να είχαν αντιμετωπίσει κάποια στιγμή παρόμοια ζητήματα με τα δικά σου. Αυτή είναι μια ακόμα άτυπη μορφή ατομικής υποστήριξης που λαμβάνει χώρα ανάμεσα στους εθελοντές και είναι εξίσου ωφέλιμη.

#### 2. Ομαδική Υποστήριξη

Σε αυτή του είδους την υποστήριξη, θα έχεις την ευκαιρία να συννευρεθείς με το συντονιστή



καθώς και με άλλους εθελοντές που δουλεύουν με οικογένειες. Μέσα από αυτές τις συναντήσεις θα έχεις την ευκαιρία να ανταλλάξεις απόψεις σε ένα ευχάριστο και χαλαρό περιβάλλον. Επίσης θα έχεις την δυνατότητα να μοιραστείς τις σκέψεις σου σε σχέση με τα λάθη και τις επιτυχίες σου, καθώς και να συζητήσεις θέματα που σε έχουν προβληματίσει.

Η εμπιστοσύνη μεταξύ των μελών της ομάδας είναι βασικό χαρακτηριστικό αυτού του τύπου υποστήριξης. Στην ομαδική υποστήριξη θα νοιώσεις ότι μπορείς να βασιστείς σε άλλα μέλη της ομάδας και να τους εμπιστευτείς τα ζητήματα που σε προβληματίζουν.



### 3. Γενικότερη Υποστήριξη

Στο Home-Start θα έχεις την ευκαιρία να λάβεις μέρος σε μια σειρά από κοινωνικές δραστηριότητες που θα σε βοηθήσουν να δεθείς με τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας σου. Τέτοιες δραστηριότητες μπορεί να είναι συναντήσεις για καφέ, χριστουγεννιάτικες ή άλλες γιορτές, ομαδικές έξοδοι για θέατρο ή για σινεμά, ομαδικά γεύματα και εκδρομές το Σαββατοκύριακο που

γνωρίζουμε πως επικρατούν συνθήκες που μπορεί να θέσουν σε κίνδυνο την ασφάλειά σου.

Είναι χρήσιμο, όταν πραγματοποιείς επισκέψεις σε σπίτια οικογενειών, να τηρείς τους παρακάτω κανόνες ασφαλείας:

1. Να είσαι επαρκώς ενημερωμένος για τις συνθήκες διαβίωσης της οικογένειας που επισκέπτεσαι, καθώς και της περιοχής που αυτή διαμένει. Σε περίπτωση που το σπίτι που επισκέπτεσαι είναι σε μη ασφαλή περιοχή, να πραγματοποιείς τις επισκέψεις πάντοτε κατά τη διάρκεια της μέρας και να έχεις ακριβείς οδηγίες για το πώς θα φτάσεις σε αυτό.

2. Να ενημερώνεις πάντα το συντονιστή σου για το πρόγραμμά σου καθώς και για τη διάρκεια της κάθε επίσκεψης. Για την οποιαδήποτε αλλαγή στο πρόγραμμά σου θα πρέπει να ενημερώνεις πάντα τον συντονιστή.

3. Να προσέχεις τα προσωπικά σου αντικείμενα και να έχεις πάντα μαζί σου κινητό τηλέφωνο.

4. Ποτέ μη δίνεις συμβουλές σε σχέση με τη φαρμακευτική αγωγή που πρέπει να ακολουθήσει ένα

μέλος της οικογένειας.

5. Μην χρησιμοποιήσεις μια ηλεκτρική συσκευή αν έχεις οποιαδήποτε αμφιβολία για το αν δουλεύει σωστά.

Σε περίπτωση που σε προβληματίζει κάτι σε σχέση με την ασφάλεια, μίλησε με τους ανθρώπους που βοηθάς. Μπορείς να τους κάνεις συστάσεις δείχνοντάς τους πάντοτε τον απαραίτητο σεβασμό, ωστόσο πρέπει να θυμάσαι ότι πηγαίνεις στα σπίτια τους ως επισκέπτης και τα απαραίτητα μέτρα για την ασφάλεια του σπιτιού τους θα τα λάβουν οι ίδιοι.

σου προσφέρουν, επί πλέον, στιγμές χαλάρωσης και διασκέδασης.

Επίσης, θα έχεις πρόσβαση σε πληροφορίες και ενημέρωση που αφορούν άλλα προγράμματα Home-Start στην Ελλάδα ή το εξωτερικό. Είναι πιθανόν επίσης να οργανωθούν συναντήσεις και ανταλλαγές με άλλους εθελοντές από την Ελλάδα ή το εξωτερικό.

### Το δικαίωμά σου στην ασφάλεια

Στο Home-Start δεν θα σου ζητήσουμε σε καμία περίπτωση να επισκεφτείς οικογένειες όπου

Τέλος, το Home-Start, για την καλύτερη προστασία σου, φροντίζει έτσι ώστε να υπάρχει ασφαλιστική κάλυψη σε περίπτωση ατυχήματος κατά την εθελοντική σου ενασχόληση.

### Το δικαίωμά σου στην αναγνώριση

Ως εθελοντής του Home-Start πρέπει να νοιώθεις ότι η συνεισφορά σου αναγνωρίζεται και επιβραβεύεται από την οργάνωσή μας. Στο



Home-Start πιστεύουμε ότι το έργο των εθελοντών είναι πολύτιμο και πως η αναγνώριση του έργου αυτού είναι μια από τις προϋποθέσεις για την επιτυχή συνεργασία μας.

Μπορεί η οικογένεια με την οποία συνεργάζεσαι να μη σε επιβραβεύει πάντοτε για το έργο σου. Το Home-Start όμως θα σου υπενθυμίζει τις θετικές πλευρές σου, θα σε ενθαρρύνει και θα σου δείξει με διάφορους τρόπους πως σε αναγνωρίζει και επιβραβεύει τη συνεισφορά σου. Τέτοιοι τρόποι μπορεί να είναι για παράδειγμα οι έπαινοι, οι πλακέτες, μια τιμητική αναγνώριση στη διάρκεια μιας εκδήλωσης.

### Το δικαίωμά σου να εκφράσεις τα παράπονα σου

Είναι σημαντικό να ξέρεις ότι αν έχεις κάποιο παράπονο σε σχέση με τη λειτουργία του Home-Start ή με κάποιον/ους από τους συνεργάτες του, το Home-Start διαθέτει διαδικασία παραπόνων. Με την διαδικασία αυτή μπορείς να καταθέσεις τα παράπονά σου και εμείς θα τα λάβουμε σοβαρά υπόψη μας. Αποτελεί μέρος της προετοιμασίας σου ως εθελοντής Home-Start να γνωρίσεις αυτή τη διαδικασία. Ελπίζουμε βέβαια να μη χρειαστεί να την εφαρμόσεις!

### 8. Τα οφέλη για τον εθελοντή

Η εργασία ενός εθελοντή που βοηθάει και στηρίζει οικογένειες μπορεί να αποδειχτεί πολύτιμη για κάποιες οικογένειες και να τις βοηθήσει να πάρουν μια "ανάσα" από τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν καθημερινά. Ωστόσο, και εσύ ο ίδιος ως εθελοντής μπορείς να επωφεληθείς σημαντικά από αυτή την εργασία, καθώς:

☺ Θα έχεις την ευκαιρία να έρθεις σε επαφή με ανθρώπους, να χτίσεις μια γέφυρα επικοινωνίας μαζί τους και να κάνεις γνωριμίες που μπορεί να αναδειχτούν σε εμπειρία ζωής

☺ Θα έχεις την ευκαιρία να αναπτύξεις τις δεξιότητές και τις ικανότητές σου, τόσο σε πρακτικό όσο και σε επικοινωνιακό επίπεδο

☺ Θα μάθεις να λειτουργείς ως μέλος μιας ομάδας και να συνεργάζεσαι με άλλους ανθρώπους προκειμένου να επιτύχετε ένα κοινό στόχο

☺ Θα πάρεις ικανοποίηση από τη γνωριμία σου με άλλους ανθρώπους και θα απολαύσεις την ανταμοιβή για τους κόπους σου



- ☺ Το επίπεδο της αυτοπεποίθησής σου θα ανέβει, καθώς θα νοιώθεις ότι βοηθάς να βελτιωθεί το επίπεδο ζωής αυτών των οικογενειών με τη συνεισφορά σου
- ☺ Θα διευρύνεις τους ορίζοντές σου καθώς θα μάθεις σημαντικά πράγματα για τη ζωή, για τον εαυτό σου και για τους άλλους
- ☺ Η μοναδική αυτή εμπειρία που θα ζήσεις, μπορεί να σε βοηθήσει να συνειδητοποιήσεις τι σε ενδιαφέρει περισσότερο να ασχοληθείς επαγγελματικά. Επίσης, αποτελεί ένα σημαντικό εφόδιο για τη μελλοντική επαγγελματική σου εμπειρία
- ☺ Θα ενισχυθεί η αίσθησή σου ότι ανήκεις σε μια κοινότητα με όμοιους σκοπούς και φιλοσοφία, μια κοινότητα που είναι παγκόσμια αφού το Home-Start λειτουργεί σε πάνω από 20 χώρες
- ☺ Μαθαίνεις για τις ανθρώπινες σχέσεις, μαθαίνεις να κατανοείς...ωριμάζεις.

**Η εμπειρία του εθελοντή που δουλεύει με οικογένειες έχει να σου δώσει πολλά, τόσο στο παρόν, όσο και στο μέλλον**

#### Με τα λόγια των εθελοντών μας....

##### Τι σας προσέφερε το Home-Start;

- ✓ «ευαισθησία, πίστη, δύναμη και αγάπη»
- ✓ «βελτίωση ζωής, όραμα, στάση ζωής»
- ✓ «με ωφέλησε γιατί ήρθα σε επαφή με τα «άπειρα» προβλήματα του κόσμου και ωρίμασα περισσότερο»
- ✓ «αυτοσεβασμό-αυτοεκτίμηση και περισσότερο σεβασμό για τους άλλους»

- ✓ «εκπαίδευση στις ανθρώπινες σχέσεις»
- ✓ «παίρνουμε χαρά όταν βοηθάμε...γιατί κάποτε ίσως κάποιοι βοηθήσουν και εμάς»
- ✓ «βοήθησα την οικογένεια να ξεπεράσει κάποια από τα προβλήματά της, στάθηκα δίπλα της, άκουσα αυτά που είχε να μου πει. Έτσι απλά. Η εμπειρία μου ως εθελοντής Home-Start με άλλαξε προς το καλύτερο. Έγινα καλύτερος γονιός και καλύτερος άνθρωπος»

Είναι αλήθεια ότι στη χώρα μας δεν είναι ακόμα εύκολο να αποδεχτούν και να κατανοήσουν τον ρόλο του εθελοντή ιδιαιτέρως του εθελοντή που στηρίζει οικογένειες μέσα στα σπίτια τους. Δεν υπάρχει «εθελοντική κουλτούρα» που να μας βοηθάει, αλλά ούτε ισχυρά τοπικά δίκτυα αλληλοβοήθειας. Σε μια εποχή όπου ο ατομικισμός και η απομόνωση αυξάνονται, το Home-Start φέρνει μια πρόταση κοινωνικής αλληλεγγύης. Οι εθελοντές του Home-Start γίνονται έτσι οι πρεσβευτές μιας άλλης, πιο ανθρώπινης προσέγγισης στη σχέση μας με τους άλλους. Αυτής της προσέγγισης που βασίζεται στην ανιδιοτελή αλληλοϋποστήριξη, στη συμπάρσταση και στην αλληλεγγύη.



## Ιστορίες εθελοντών Home-Start από όλο τον κόσμο

### Η ιστορία της Μαρίας (εθελόντρια Home-Start από την Ελλάδα)

«Όταν πρωτοάκουσα για το Home Start, θυμήθηκα τις δυσκολίες που αντιμετώπισα σαν μητέρα και σύζυγος, όταν αποκτήσαμε την κόρη μας. Αποφάσισα να γίνω εθελόντρια για να προσφέρω μια ανακούφιση στις νέες μητέρες και στις οικογένειες τους.

Μετά την εκπαίδευση, ξεκίνησα πολύ γρήγορα τις επισκέψεις σε κάποια οικογένεια, μία φορά την εβδομάδα. Η συγκεκριμένη οικογένεια αποτελείται από τον πατέρα, τη μητέρα και ένα δίχρονο παιδί. Η μητέρα κατάγεται από άλλη ευρωπαϊκή χώρα, άρα έχει και τη δυσκολία της προσαρμογής στη χώρα μας. Όπως μου δήλωσε στην πρώτη επίσκεψη, έχει ένα βαρύ οικογενειακό ιστορικό και δύσκολα παιδικά χρόνια η ίδια. Μου δήλωσε επίσης ότι δεν βγαίνει και έχει χάσει την κοινωνικότητά της, λόγω του παιδιού. Στην αρχή, προσπάθησα να ακούσω τις ανησυχίες της μητέρας και του πατέρα σχετικά με το μέγαλωμα του παιδιού τους. Στη συνέχεια μοιράστηκαν μαζί μου όλα σχεδόν τα ενδοοικογενειακά τους προβλήματα. Πολύ γρήγορα αναπτύχθηκε μια σχέση με την μητέρα και το παιδί, μια σχέση εμπιστοσύνης παρά οτιδήποτε άλλο. Αρχισαν να ρωτούν τη γνώμη μου σε κάποια θέματα, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι την ακολουθούσαν κίολας. Αρκετές φορές ένιωσα βαριά την ευθύνη του τι να πω ή τι να κάνω για να τους βοηθήσω. Πολλές φορές δεν ήθελα να πάω σπίτι τους λόγω της βαριάς ατμόσφαιρας που επικρατούσε. Κάποιες φορές θύμωνα με τον εαυτό μου ή και με την οικογένεια γιατί έβλεπα ένα αδιέξοδο, στον τρόπο που αντιμετώπιζαν τις δυσκολίες που συναντούσαν και δεν μπορούσα να κάνω κάτι γι' αυτό.

Ένα χρόνο μετά, με υπομονή και επιμονή και με τη βοήθεια της εποπτείας που είχα και έχω από το Home Start, είμαστε στην ευχάριστη θέση, τόσο εγώ όσο και η οικογένεια (και εννοώ τον πα-

τέρα, τη μητέρα και το παιδί) να μοιραζόμαστε μια σχέση που βασίζεται στην αλληλοεκτίμηση, εμπιστοσύνη και κατανόηση. Η οικογένεια από τη μεριά της έχει βελτιώσει την καθημερινότητά της, έχει δημιουργήσει νέους τρόπους επικοινωνίας



νίας με τους άλλους αλλά και μεταξύ τους, βάζει στόχους για το μέλλον και γενικώς έχει αναπτύξει μεθόδους να ξεπερνά τις δυσκολίες που αντιμετωπίζει. Συνεχίζω τις επισκέψεις, πιο χαλαρά, στο σπίτι τους και θα συνεχίσω για λίγους μήνες ακόμη. Κοιτάζοντας πίσω στο τι έγινε και τι λειτούργησε θετικά στην στήριξη Home Start που τους προσέφερα, πιστεύω ότι το δυνατό σημείο της επαφής μας είναι: κάποιος ενδιαφέρεται για το καλό της οικογένειας, κάποιος που δεν είναι συγγενής ή φίλος ή κοινωνική υπηρεσία.

Η συναισθηματική φόρτιση που έχω νιώσει όλο αυτό το χρονικό διάστημα, καταρχήν με γέμισε δύναμη να αντιμετωπίσω τα δικά μου προβλήματα. Με έκανε επίσης, να νιώσω περήφανη που μπόρεσα να γίνω το μέσο για να ξεπεράσουν τα





δικά τους προβλήματα. Αισθάνομαι ότι ανοίξε μια άλλη πόρτα στις σχέσεις μου με τους ανθρώπους, αισθάνομαι ότι συνυπάρχω και έξω από τα στενά όρια της προσωπικής μου ζωής».

### Η ιστορία της Φιλίππας (εθελόντρια Home-Start από τη Μ. Βρετανία)

«Το Home-Start μου κίνησε το ενδιαφέρον γιατί ήταν μια οργάνωση αφιερωμένη στις οικογένειες. Ένοιωθα ότι είχα τεράστια εμπειρία σε αυτόν τον τομέα και επομένως και κάτι να προσφέρω. Όταν γνώρισα την πρώτη μου οικογένεια αμέσως τους αγκάλιασα. Παρόλο που μου είχε ζητηθεί να τους δώσω πρακτική βοήθεια, έγινε σύντομα φανερό ότι η μητέρα χρειαζόταν και συναισθηματική υποστήριξη. Της πήρε λίγους μήνες να μιλήσει γι' αυτό και ένοιωσε τρομερή ανακούφιση όταν τελικά το έκανε. Η πιο εμφανής επιβράβευση είναι η αίσθηση ότι βοηθάς ανθρώπους. Το να είσαι εθελοντής μπορεί μερικές φορές να σε κουράζει συναισθηματικά, αλλά υπάρχουν και συγκινητικές στιγμές. Για παράδειγμα, είναι υπέροχο ένα παιδί της οικογένειας που στηρίζεις να σου λέει ότι σε αγαπάει, ή όταν μια μητέρα να λέει ότι δεν ξέρει τι θα έκανε χωρίς εσένα».

Ως εθελόντρια του Home-Start δεν ένοιωσα ποτέ αποξενωμένη. Είμαι μέρος μιας ομάδας και ξέρω πως αν αντιμετωπίσω οποιαδήποτε δυσκολία, μπορώ να επικοινωνήσω με το συντονιστή του Home-Start οποιαδήποτε στιγμή. Θεωρώ πως το να είμαι εθελόντρια του Home-Start είναι μια φοβερά θετική εμπειρία για μένα».

### Η ιστορία της Κατερίνας (εθελόντρια Home-Start από την Ελλάδα)

«Έμαθα για το Home-Start τυχαία πριν από τέσσερα χρόνια περίπου, πιάνοντας συζήτηση στο δρόμο με μία κοπέλα που με ενημέρωσε για μία εθελοντική προσπάθεια που στόχο έχει να βοηθήσει οικογένειες με μικρά παιδιά. Λόγω της αγάπης μου για τα παιδιά γενικότερα και του ότι πάντα προσφέρω τη βοήθειά μου σε ανθρώπους

που με χρειάζονται, δέχτηκα την πρόσκληση να εκπαιδευτώ ως εθελοντής Home-Start.

Η πρώτη μου επαφή με την οικογένειά μου ήταν έξι μήνες μετά την εκπαίδευσή μου και ο υποστηρικτικός μου ρόλος ακόμα συνεχίζεται. Μέσα από το Home-Start μου δόθηκε η ευκαιρία να προσφέρω τον εαυτό μου και το χρόνο μου για να κάνω καλό και να βοηθήσω την οικογένειά που στηρίζω να ξεπεράσει μια δύσκολη κατάσταση. Θεωρώ σημαντικό να μοιραζόμαστε τα προβλήματα που αντιμετωπίζουμε. Έτσι αυτά γίνονται μισά προβλήματα και πιο εύκολα αντιμετωπίζονται. Το να είσαι εθελοντής Home-Start δε χρειάζεται ιδιαίτερη προσπάθεια ούτε επαγγελματικές δεξιότητες. Απλά να είσαι εκεί και να ακούς. Εγώ βοήθησα την οικογένειά μου να ξεπεράσει κάποια από τα προβλήματά της, στάθηκα δίπλα της, άκουσα αυτά που είχε να μου πει. Έτσι απλά.

Η εμπειρία μου ως εθελοντής Home-Start με άλλαξε προς το καλύτερο. Έγινα καλύτερος γονιός και καλύτερος άνθρωπος».

### Η ιστορία της Άνιμα (εθελόντρια Home-Start από τη Μ. Βρετανία)

«Η πρώτη φορά που άκουσα για το Home-Start ήταν από τον προσωπικό μου γιατρό, πριν από εννέα χρόνια. Ο άντρας μου είχε πάθει τότε καρδιακή προσβολή και ο γιατρός μου έκρινε ότι η υποστήριξη του Home-Start θα με βοηθούσε πολύ, καθώς ήμουν εξαιρετικά πιεσμένη. Δεν αντιμετώπιζα μόνο την αρρώστια του άντρα μου, αλλά ήμουν και μητέρα τριών παιδιών που ήταν όλα τους τότε κάτω από δέκα χρονών.

Η σχέση μου με την εθελόντρια του Home-Start που με στήριζε, εξελίχτηκε σε πραγματική φιλία και εξακολουθούμε να είμαστε φίλες μέχρι και σήμερα. Η υποστήριξη που δέχτηκα από το Home-Start με παρακίνησε να κάνω το ίδιο. Ήξερα πολύ καλά πόσο δύσκολο είναι να μεγαλώνεις παιδιά και επομένως μπορούσα να κατανοήσω τα προβλήματα μιας οικογένειας. Ήθελα επίσης να ανταποδώσω στο Home-Start καθώς με βοήθησε να αλλάξω τη ζωή μου.

Σκοπεύω στο μέλλον να συνεχίσω να δουλεύω για το Home-Start. Στόχος μου είναι να δουλέψω

με ανθρώπους με ποικίλες κοινωνικοπολιτισμικές καταβολές και με διάφορα προβλήματα. Νοιώθω ότι το Home-Start έχει ανοίξει αυτή την πόρτα για μένα.

Αυτό που θα έλεγα στις οικογένειες που χρειάζονται βοήθεια είναι: Μη μένετε απομονωμένοι στα σπίτια σας, επικοινωνήστε με το Home-Start! Καθένας δεν θα σας κρίνει στο Home-Start, οι εθελοντές μπορούν να σας προσφέρουν τη φιλία τους και να σας δώσουν ένα χέρι βοήθειας».

Το Home-Start με βοήθησε να επανακτήσω την αυτοπεποίθησή μου και να βρω το δρόμο μου. Το να είσαι εθελοντής το Home-Start και το να βοηθάς μια οικογένεια να σταθεί στα πόδια της είναι μια υπέροχη εμπειρία».

### Η ιστορία της Τρις (εθελόντρια Home-Start από την Αυστραλία), από την οπτική της Βανέσας, μητέρας που η Τρις υποστηρίζει

«Τα παιδιά μου έχουν τρεις γιαγιάδες». Όλες τους αγαπούν τα παιδιά μου και κάνουν ότι καλύτερο γι' αυτά. Δυστυχώς, λόγω απόστασης, θεμάτων υγείας και περιστάσεων, οι δύο βιολογικές γιαγιάδες δεν μπορούν να συμμετέχουν στη ζωή μας με κάποιο πρακτικό τρόπο.

Ως μόνος γονιός, με τρία γεμάτα ενέργεια παιδιά να φροντίζω, θεωρώ τη δουλειά μου γεμάτη προκλήσεις, αλλά μερικές φορές μοναχική και άλλες φορές εξοντωτική. Η κατάθλιψη και η ανησυχία υπήρξαν τα προβλήματα μου. Σε αυτό το σημείο η φίλη μου η Τρις (η τρίτη μη-βιολογική γιαγιά των παιδιών) υπήρξε ευλογία.

Η Τρις και εγώ συναντηθήκαμε πριν πέντε χρόνια περίπου μέσω του προγράμματος Home-Start. Τότε τα δίδυμα παιδιά μου δεν είχαν κλείσει ένα

χρόνο ζωής και η κόρη μου ήταν τεσσάρων. Τώρα είναι 5½ και 9 χρόνων αντίστοιχα. Ταίριαξαμε από την αρχή, έχοντας κοινά ενδιαφέροντα και αξίες και αυτό δημιούργησε μια γερή βάση μιας σταθερής φιλίας που έδωσε ουσιαστική υποστήριξη σε μένα και στα παιδιά μου.

Το όφελος του να έχουμε την Τρις στη ζωή μας είναι ανυπολόγιστο. Υπήρξαν πολλές φορές που ένοιωσα την έντονη ανάγκη ενός φιλικού προσώπου, μια ευγενικής λέξης, μιας υποστηρικτικής χειρονομίας και μη έχοντας οικογενειακή υποστήριξη, ήξερα ότι μπορώ να βασιστώ στην Τρις.

Μερικές φορές αυτό που χρειάζομαι είναι μόνο ένα τηλεφώνημα για να συζητήσω αυτό που με προβληματίζει, μερικές φορές χρειάζομαι πρακτική βοήθεια σε σχέση με την οργάνωση του σπιτιού μου ή κάποιον να απασχολήσει τα παιδιά μου, γνωρίζο-

ντας ότι θα καλυφθούν οι ανάγκες μου όσο παίρνω μια ανάσα!! Είναι πραγματικά καθησυχαστικό να ξέρεις ότι υπάρχει πάντα κάποιος στον οποίο μπορείς να προστρέξεις. Αυτό με κάνει πιο ήρεμη και μου δημιουργεί μεγαλύτερη ασφάλεια και έτσι με κάνει καλύτερη μαμά για τα παιδιά μου.

Η Τρις φέρνει ένα πλούτο εμπειριών ζωής, υπομονή, ευαισθησία και σοφία. Ξέρει πότε να προσφέρει συμβουλή και πότε σιωπηλή υποστήριξη έτσι ώστε κάποια πράγματα να τα επεξεργαστώ στο χρόνο μου. Πάντα σέβεται τις επιλογές μου ως γονιός, αλλά μου διαπлатύνει τους ορίζοντες με ποικίλες πληροφορίες για θέματα υγείας, συμπεριφοράς (των παιδιών αλλά και δικής μου!), συνταγές και ιδέες για φαγητό, συμβούλους οικονομικού προγραμματισμού και συναισθηματικής ισορροπίας. Μέσα στο πλαίσιο ενός αμοιβαίου σεβασμού, νοιώθω ότι λαμβάνω μια άνευ όρων υποστήριξη.







Τα παιδιά πάντα περιμένουν με ανυπομονησία να συναντήσουν την Τρις είτε για να πάνε στο πάρκο, σε παιδότοπους ή σε άλλες δραστηριότητες είτε απλώς να περάσουν το χρόνο τους στο σπίτι διαβάζοντας, μαγειρεύοντας, φτιάχνοντας χειροτεχνίες ή παίζοντας. Εάν οι υποχρεώσεις μου με εμποδίζουν να τα πάω σε ένα πάρτι ή μια προγραμ-

ματισμένη δραστηριότητα (κολύμπι, χορό κλπ) ή απλά θέλουν να βγουν έξω, τηλεφωνώ στην Τρις. Η σχέση που έχουν αναπτύξει είναι όμορφη, σταθερή και συνεχής.

Η Τρις θα οργανώσει συχνά δραστηριότητες στις οποίες θα συμμετέχουν και τα τρία παιδιά, αλλά είναι παράλληλα πολύ ευαίσθητη στα προσωπικά ενδιαφέροντα του καθενός και το στάδιο ανάπτυξης του και προγραμματίζει και διαφορετικές δραστηριότητες για το καθένα όταν απαιτείται. Ανταποκρίνεται εκεί που αυτά βρίσκονται, με ενθάρρυνση και ήπιες συμβουλές.

Και εγώ η ίδια υποστηρίζομαι και ενθαρρύνομαι από την Τρις στις δημιουργικές και εκπαιδευτικές μου αναζητήσεις. Μου υπενθυμίζει ότι πρέπει να πιστεύω στον εαυτό μου, να αναπτύσω τις δεξιότητες μου και να αναζητώ εμπειρίες που θα μου δίνουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και ευχαρίστηση, κάτι που θα ωφελήσει όλη την οικογένειά μου.

Η Τρις είναι ο άνθρωπος που με στηρίζει, ένας πολύ ιδιαίτερος φίλος. Με πολλούς τρόπους – που δεν μπορώ να περιγράψω εδώ – η Τρις έχει καλύψει ένα κενό στη ζωή μας, αυτό μιας πρόθυμης, διαθέσιμης, προστατευτικής, τρυφερής και υποστηρικτικής γιαγιάς. Φέρνει φως στη ζωή μας και ελαφρύνει το βάρος μου και αυτό με έχει βοηθήσει αφάνταστα.

Νοιώθω πάρα πολύ τυχερή και για πάντα ευγνώμων που βρήκα το Home-Start και στη συνέχεια συνάντησα την Τρις. Όποιο πρόγραμμα συνδέει οικογένειες σαν τη δική μας με «γιαγιάδες» όπως η Τρις προσφέρει κατά την άποψή μου και με βάση την εμπειρία μου ένα ανεκτίμητο δώρο και πρέπει χωρίς αμφιβολία να υποστηρίζεται και να ενθαρρύνε-

ται.

Η Τρις ήταν δίπλα μου στα καλά και στα δύσκολα. Στην καρδιά μου αλλά και πολύ πρακτικά υπήρξε μια κολώνα δύναμης. Μοιράστηκε μαζί μας χαρές και δυσκολίες, αστείες στιγμές αλλά και στιγμές «δεν τα βγάζω πέρα». Έχοντας την ευκαιρία να το μοιραστώ αυτό με την Τρις ήταν και εξακολουθεί να είναι για μένα ανεκτίμητο, όπως είμαι σίγουρη ότι θα είναι και για πολλές άλλες οικογένειες που δεν έχουν ένα τέτοιο είδος υποστήριξης»

### Η ιστορία της Ράνη (εθελόντρια Home-Start από τη Σρι Λάνκα)

«Η Νιμάλη είναι μια μητέρα τριών παιδιών της οποίας η ζωή μετά το γάμο ήταν μια συνέχεια της φτώχειας, κακοποίησης και δυσκολιών της παιδικής και εφηβικής της ζωής. Η Νιμάλη και ο άνδρας της ο Ράβι ζούσαν σε ένα μικρό χωριό που κτυπήθηκε από το τσουνάμι το Δεκέμβριο του 2004 όταν η Νιμάλη ήταν έγκυος στο τρίτο της παιδί, καταστρέφοντας το σπίτι της και αφήνοντας την οικογένεια πάμφτωχη.

Η Νιμάλη και η οικογένεια της αναγκάστηκαν να μετακινηθούν σε ένα συγκρότημα παραπηγμάτων που ονομάζεται Geogewatte, όπου ενοικίασαν μια ξύλινη καλύβα. Ήταν ένα πολύ άσχη-

μο μέρος για να ζει κανείς συγκρίνοντας το με το σπίτι που είχαν στο χωριό τους. Δεν υπήρχε η αίσθηση του ιδιωτικού χώρου και της ελευθερίας και η Νιμάλη βρέθηκε αντιμέτωπη με την προοπτική να μεγαλώνει τα παιδιά της σε ένα επιβλαβές γι' αυτά περιβάλλον.

Η συμπεριφορά των μελών της οικογένειας επηρεάστηκε αρνητικά μετά από αυτή την μετακίνηση. Η Νιμάλη έγινε ευέξαπτη και ο άνδρας της ανέπτυξε μια κτηκική και σωματικά επιθετική προς αυτήν συμπεριφορά. Ήταν άνεργη και ο άνδρας της πουλούσε φρούτα για να συντηρήσει την οικογένεια, αλλά αυτό συχνά δεν έφτανε. Οι συνθήκες διαβίωσης τους ήταν πολύ άσχημες γιατί αυτές οι κατοικίες ήταν δίπλα από μια λίμνη η οποία πλημμύριζε με την ελάχιστη βροχή. Οι κάτοικοι αυτής της περιοχής δεν λάμβαναν κάποια αποζημίωση γιατί τα σπίτια ήταν παράνομα κτισμένα πάνω σε δημόσια γη. Κανένα από τα σπίτια δεν είχε ηλεκτρικό ή τρεχούμενο νερό, δεν υπήρχε επαρκής αποχέτευση και όλη η κοινότητα χρησιμοποιούσε δημόσια μπάνια.

Η Νιμάλη ζούσε μια ελεγχόμενη ζωή. Το μόνο μέρος που ο άνδρας της επέτρεπε να επισκεφθεί χωρίς τη συνοδεία του ήταν η Κλινική για Μητέρες και Παιδιά. Αυτή η Κλινική συνέδεσε την Νιμάλη με το Home-Start.

Η υπεύθυνη του προγράμματος με συνέδεσε με τη Νιμάλη την οποία επισκεπτόμουν κάθε εβδομάδα στην Κλινική γιατί ο άνδρας της δεν επέτρεπε τις κατ' οίκον επισκέψεις. Μόνο όταν αυτό άλλαξε και έδωσε τη συναίνεση του, κατάλαβα την έκταση της σωματικής και ψυχικής ταλαιπωρίας που υφίστατο η Νιμάλη.

Σταδιακά, οι εβδομαδιαίες επισκέψεις είχαν μια θετική επίπτωση στη Νιμάλη η οποία άρχισε να βγαίνει από το καβούκι της. Άρχισε να καταλαβαίνει ότι ήταν ικανή να κάνει περισσότερα πράγματα για την ίδια και τα παιδιά της. Καθώς περνούσαμε περισσότερο χρόνο μαζί, ο θυμός της μειωνόταν και γινόταν πιο χαλαρή. Από την πλευρά μας, ανακαλύψαμε ότι η Νιμάλη ήταν μια ταλαντούχα νέα γυναίκα η οποία έραβε πολύ καλά και της άρεσε πολύ να φτιάχνει διάφορα πράγματα και ρούχα για τα παιδιά της. Η συμπεριφορά του άνδρα της επίσης άρχισε να αλλάζει καθώς συνειδητοποίησε ότι υπήρχαν άνθρωποι

που ενδιαφερόντουσαν για τη Νιμάλη και αφιέρωναν χρόνο για να την υποστηρίξουν. Η ενδοοικογενειακή βία περιορίστηκε και άρχισε να αντιμετωπίζει τη Νιμάλη καλύτερα γιατί κατάλαβε ότι εμείς κρατάγαμε αρχεία και πληροφορούσαμε το γραφείο για τα προβλήματα που αντιμετωπίζε. Επέτρεψε ακόμα στη Νιμάλη να έρχεται στο γραφείο μας για να παρακολουθεί ένα πρόγραμμα κατάρτισης σε Δεξιότητες Ζωής, από το οποίο η Νιμάλη δεν απουσίασε ούτε μια φορά.

Ο σεβασμός και η αγάπη που της δείξαμε ανταπέδωσε και η Νιμάλη άρχισε πάλι να εμπιστεύεται τους ανθρώπους. Κατά τη διάρκεια της περιόδου μιζέριας που πέρασε, έβρισκε παρηγοριά στο να γράφει ποιήματα για τη ζωή και τις δυσκολίες που έπρεπε να αντιμετωπίσει. Τα ποιήματα αυτά τα είχε κρυμμένα και τα έβγαλε μόνο για να τα δείξει σε μένα καθώς και στους ανθρώπους του Home-Start. Η Νιμάλη ενθουσιάστηκε από τους επαίνους μας, καθώς δεν είχε συνειδητοποιήσει μέχρι τότε ότι είχε ταλέντα που θα μπορούσαν να προσφέρουν ανακούφιση και ευχαρίστηση στους άλλους όπως και στην ίδια.

Της δωρίσαμε υφάσματα και κλωστές για να φτιάχνει ρούχα για τα παιδιά της. Αγοράζαμε επίσης πράγματα που έφτιαχνε για να κρέμονται στον τοίχο ή κιλίμια για να της δώσουμε λίγο εισόδημα και να την ενθαρρύνουμε να συνεχίσει.

Λέει «Ζούσα σαν ένα μαραμένο λουλούδι για πολλά χρόνια. Το γραφείο του Home-Start Lanka είναι το μόνο μέρος που μου επιτρέπεται να επισκεφθώ χωρίς τον άνδρα μου. Νοιώθω σαν μου δόθηκε μια δεύτερη ευκαιρία και πιστέψτε με όταν έρχομαι στο Home-Start ξεχνώ τις δυσκολίες και τη βία που αντιμετωπίζω στο σπίτι. Ελπίζω να βοηθήσω επίσης οικονομικά την οικογένειά μου»

Τον Ιούνιο του 2008 η Νιμάλη κατάφερε με τη δική μας βοήθεια να βρει δουλειά. Τους τελευταίους μήνες προωθήθηκε σε ανώτερη θέση. Επίσης βοήθησε το γιό της να βρει δουλειά στην ίδια επιχείρηση. Το συνδυασμένο εισόδημα έφερε μια τεράστια αλλαγή στη ζωή τους, μαζί βέβαια με την νεοαποκτηθείσα αυτοπεποίθηση με την οποία η Νιμάλη τώρα βλέπει το μέλλον».

Σημείωση: Τα ονόματα των μελών των οικογενειών που αναφέρονται στις ιστορίες είναι αλλαγμένα

## Βοηθήματα-βιβλιογραφία

Παγκύπριο Συντονιστικό Συμβούλιο Εθελοντισμού (2007). Εγχειρίδιο εντοπισμού, ένταξης, αξιοποίησης & διοίκησης των εθελοντών, ΠΣΕΕ: Λευκωσία

M. Black & L. Kemp (2004). Volunteer home visiting: A systematic review of evaluations, Center for health equity training research and evaluation: Sydney

Home-Start Ελλάς [www.homestart.org.gr](http://www.homestart.org.gr)

Home-Start Ν.Ιωνίας-Βόλου [www.voloshomestart.gr](http://www.voloshomestart.gr)

Home-Start UK [www.home-start.org.uk](http://www.home-start.org.uk)

Home-Start Worldwide [www.homestartworldwide.org](http://www.homestartworldwide.org)

Για τους σκοπούς αυτού του Οδηγού χρησιμοποιήθηκε υλικό που παρήχθη από τις οργανώσεις Home-Start στην Ελλάδα και στο εξωτερικό και δεν έχει κυκλοφορήσει σε έκδοση ούτε είναι διαθέσιμο στο διαδίκτυο.

Επιστημονική επιμέλεια:

**Χρυσούλα Κυρκίτσου και Εύη Χατζηβαρνάβα**

Σχεδιασμός Εντύπου

**Λένα Ζεγαρίδου**

ΧΟΡΗΓΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

**OAK**  
FOUNDATION

FOUNDATION  
**OAK**

Sponsored by

Publication design: *Lena Zevgaridou*

Translation editing: *Klara Jaya Brekke*

Translation: *Panos Kaliontzopoulos*

Editing: *Chryssoula Kirkitson and Evi Hatzivarnava*

*For the purposes of this publication, material produced by Home-Start Organizations in Greece and abroad was used. This material is not published or uploaded in the internet.*

*Home-Start Worldwide [www.homestartworldwide.org](http://www.homestartworldwide.org)*

*Home-Start UK [www.home-start.org.uk](http://www.home-start.org.uk)*

*Home-Start Nea Ionia-Volou [www.voloshomestart.gr](http://www.voloshomestart.gr)*

*Home-Start Hellas [www.homestart.org.gr](http://www.homestart.org.gr)*

*Center for health equity training research and evaluation: Sydney*

*M. Black & L. Kemp (2004). Volunteer home visiting: A systematic review of evaluations, use and management of volunteers, PVEC: Nicosia (in Greek)*

*Panyprian Volunteerism Coordinating Council (2007). A Guide for the recruitment, inte-*

Sources





uneasiness. The Home-Start policies help to support and protect the volunteers very well. We constantly meet with new situations so new information or refreshers are very important.

I have been a volunteer for 2 years. I am still supporting the first family that I had been assigned to. The mother is withdrawn. She seems to have a low self-esteem and rarely goes out. She lacks parenting skills. So I help out by accompanying the mother for hospital and other appointments and support her in her day to day routine. During my visits to her home, I am regularly passing on parenting and personal skills in an informal manner, careful not to be imposing.

We have built a good relationship. Notwithstanding the difficulties that she faces, some minor changes have been observed. Upon my encouragement, she does her best to take the children out to play. She also started to keep her appointments, which was a big step forward as she used to find it hard to leave her house.

I feel that we have bonded really well. The mother, the children and even the extended family all look forward to my visit. They have come to trust me and the mother finds it easy to confide in me. I have also grown very fond of them and care for their wellbeing.

I have found that when I give some of my time to someone else who appreciates, it gives me a lot of satisfaction. It also helps me within my own family as it makes me appreciate and give more to them. Home-Start has helped me grow as a person and has made me face a reality that I had previously been unaware of.

I feel that Home-Start can be a real help to families – it is so good to know that someone cares. Sometimes, this is more than enough. The families appreciate our visits and the time we spend with them, which is given freely.”

*Note: We have changed the names of family members that appear in the stories.*



Trish is my back-up, my support person, my very special friend. In many ways, too many to write about now, Trish has filled a seemingly gaping hole in our lives – that of a willing, available, protective, caring and supportive Grandparent. She brings light to our lives and eases the load on me which has helped us all in a huge way.

I feel extremely fortunate and forever grateful that I found out about the Home-Start program and subsequently met Trish. Any program that links families like ours with “Grandparents” like Trish is in my experience and opinion a priceless gift and should be supported and encouraged without hesitation.

Trish has been there for me through thick and thin. In my heart and in a very practical way she has been a pillar of strength. She has shared the good and the bad, the funny times and the “I’m not coping” times. Having the opportunity to share that with her has and continues to be invaluable to me, as I’m certain it has and will be to many families without support”.

### **The story of Helen (A Home-Start volunteer from Malta)**

“I had always been interested in voluntary work and I did little things from time to time. Once my children became more independent, I had more time on my hands which allowed me to commit myself to Home-Start.

I had first heard about Home-Start when I attended a presentation by the Home-Start Organiser. What attracted me most was that Home-Start supported families with children under five. Being aware of how time and energy-consuming children are at this age, I became interested and decided to become a volunteer.

After attending the preparation course for volunteers, I started visiting a family, a single mother with two children. I had many fears. It is the fear of going into something which was completely new to me. I was also afraid of becoming very emotionally involved or of exposing my family to some type of harm. The family’s reality was so different to mine. However, the support of the Organiser and the ongoing training helped me overcome my fears and

health, behaviour guidance (for the children and myself) recipes & meal ideas and contacts for financial planning and emotional wellbeing. With a strong foundation of mutual respect, I feel unconditional support.

The children always look forward to seeing Trish, whether they are going on outings to the park, playgrounds and other appropriate activities or simply spending time at home reading, cooking, doing craft, or playing. If my responsibilities prevent me from taking them to a party or scheduled activity is now a firm friendship and a vital support to myself and the children.

The benefit of having Trish involved in our lives is immeasurable. There have been many times when I felt in desperate need of a friendly face, a kind word, a supportive gesture and in the absence of family support, I have known I can count on Trish to respond.

Sometimes all that I need is a phone call to talk it through, sometimes I need practical help with running our home or for the children to be engaged in and activity, so I know their needs are met while I take a breath!! Always, for me just knowing I can call on Trish is reassuring and that helps me to be calmer, more confident person and therefore a better mum to my children.

Trish brings a wealth of patience, sensitivity, wisdom and life experience with her. She knows when to offer advice and when to give quiet support so I can process something in my own time. She is always respectful of my parenting choices while opening information about everything from early literacy to

confidence and happiness, which benefits my whole family.







ter would always have a new outfit to show off at the weekly training sessions. Nimali did all the sewing by hand since she didn't have a sewing machine and whenever she made wall hangings and items such as rugs etc, we purchased them to provide her with an income and encourage her to continue her work. She says, "I lived like a withered flower for many years. The Home-Start Lanka office is the only place that I am allowed to visit without my husband. I feel a lot more carefree. For our part, we discovered that Nimali was a talented young woman who could sew well and loved to make beautiful wall hangings and clothes for her children. Her husband's behaviour towards her also began to undergo a change as Rani's visits continued. He suddenly realized that there were people who supported Nimali and our Coordinator had come across similar situations before and arranged for a donation of shoes for her daughter and registered Nimali with HSL.

The only place Nimali's husband allowed her to attend unaccompanied was the Maternity and Child Welfare Clinic, which is where she was first introduced to Home-Start Lanka. Our Coordinator in charge had noticed Nimali's daughter and had inquired why she was not at school. Nimali rather shamefacedly admitted that the child had no shoes to wear and they had no money to buy new ones. Our Coordinator had come across similar situations before and arranged for a donation of shoes for her daughter and registered Nimali with HSL.

She was matched with a volunteer named Rani who met her every week at the Clinic because her husband would not allow them to visit their home. It was only when she finally did obtain his consent that she discovered the extent of the physical and mental suffering that Nimali had been undergoing; she was unemployed and her husband earned a living selling fruit, and if the day's profits were inadequate, the family would often not have enough to eat. Their living conditions were dreadful because the housing estate was situated right on the edge of a lake and got flooded even for the slightest rainfall. Whenever Nimali and the children either went hungry until the flood water receded or begged their neighbours for food. The inhabitants of this housing estate did not receive any state assistance since their homes were built illegally on state land. None of the houses had electricity or pipe borne water, the entire community used public bathrooms and there were no adequate drainage facilities for household waste and together. It was a horrible place to live, especially

### The story of Irish (Home-Start Volunteer from Australia) from the perspective of Vanessa, the mother that Irish supports

"My children have three Grandmas'. All of them love the children and all of them have the children's best interests at heart. Unfortunately, due to distance, health and circumstances their two biological grandmas' are unable to participate in our lives regularly in a practical sense. As a single parent, with three vibrant, lively children to care for I have found my job to be challenging,



ple that need me, I accepted the invitation to be trained as a Home-Start volunteer. My first contact with my family was made six months after my training and my supporting role is still continuing. Through Home-Start I had the opportunity to be useful offering my experience and my time to help the family to overcome difficult situations. I consider it to be essential that we share the problems we face. In this way, problems become smaller and are faced more easily. To be a Home-Start volunteer does not require particular effort or professional skills. You only need to be there and ready to listen. I helped the family to overcome some of their problems, I listened to whatever they wanted to say. So simple. My experience as a Home-Start volunteer changed me for the better. I have become a better parent and a better person".

### The story of Rani (Home-Start Volunteer from Sri Lanka)

"Nimali is a mother of three whose life after marriage was a continuation of the poverty, abuse and hardship of her childhood and youth. Like her own parents, Nimali and her husband Ravi were poor, they fought a lot and Nimali was at the receiving end of his fist quite a few times as well. They lived with their two children in a little village which was struck by the December 2004 tsunami when Nimali was pregnant with her third child, destroying their home and leaving the family destitute. Although none of them were hurt and both children were safe, those waves turned Nimali's life into a nightmare.

At the time the State was building homes for the tsunami homeless, Nimali was in hospital giving birth to her third child and her husband had taken their two other children to his hometown. Because neither of them was present to put their name on the list of Tsunami homeless, they did not receive a house of their own. They were left with no home, no income and three children to feed. Nimali and her family had to move into a community housing estate called Georgewatte, where they rented out a small wooden shack made with boards nailed together. It was a horrible place to live, especially when compared to the little house they had owned in their village. Privacy and freedom were unheard of luxuries and Nimali had to face the prospect of raising her children in an environment that would cause them nothing but harm. The family's behaviour and attitudes also took a turn for the worse with this move, with Nimali becoming frequently irritable and short tempered and her husband becoming physically abusive and possessive. He would beat her for the slightest reason and eventually refused to let her to leave the house unless accompanied by him. Most of the other women in Georgewatte were in the same position so Nimali had no one to advise her and help her cope with the changes in her life.



These were some of the issues Rani had to help Nimali overcome. Gradually, the weekly visits began to have a positive effect on Nimali who began to slowly come out of her shell. She found in Rani someone different from the people she had met up to then and began to realize that she was capable of achieving more for herself and her children. As she spent more time with Rani, she became less angry and a lot more carefree. For our part, we discovered that Nimali was a talented young woman who could sew well and loved to make beautiful wall hangings and clothes for her children. Her husband's behaviour towards her also began to undergo a change as Rani's visits continued. He suddenly realized that there were people who supported Nimali and our Coordinator had come across similar situations before and arranged for a donation of shoes for her daughter and registered Nimali with HSL.



The kindness and affection shown by Rani helped bring out the same qualities in Nimali, who began to trust people again. During the worst of her troubles, she had found comfort in writing poems about her life and the difficulties she had to overcome. These poems had been carefully hidden away and were only brought out again to be shown to Rani and the rest of our Coordinators. Nimali was thrilled with their praise, not having realized until then that she had talents that could bring comfort and enjoyment to others as well as her. We donated clothing material and thread for her to sew clothes for the children and her youngest daughter missed a class.

The kindness and affection shown by Rani helped bring out the same qualities in Nimali, who began to trust people again. During the worst of her troubles, she had found comfort in writing poems about her life and the difficulties she had to overcome. These poems had been carefully hidden away and were only brought out again to be shown to Rani and the rest of our Coordinators. Nimali was thrilled with their praise, not having realized until then that she had talents that could bring comfort and enjoyment to others as well as her. We donated clothing material and thread for her to sew clothes for the children and her youngest daughter missed a class.





## Volunteer stories from different parts of the world

So Paul went from 'working more hours than there are in a week' as an area manager for a pub chain to a fully qualified health and social carer - and a Home-Start volunteer.

After a year, with patience and persistence and the help of the supervision which I have had from Home-Start, we are now in a good position, my-  
self as well as the family (and I mean the father, the mother and the child) and share a relationship based on mutual respect, trust and understanding. The family has improved their daily routine, have devel-  
oped new ways of communication with others and amongst themselves, have set targets for the future and have generally developed methods of overcom-  
ing the difficulties they face. I am continuing my visits to their house but feel more relaxed now and will carry on seeing them for a few more months.  
Looking back at what happened and what were the positive outcomes of Home-Start support, I believe that the strength of the project is this: That someone is interested in the welfare of the family, someone who is not relative or friend or the social services.

This emotional experience has empowered me to better face my own problems. It also made me feel proud that I was able to become the vehicle for the family to overcome their problems. I feel that an-  
other door opened in my relationship with people and I feel that I am part of a world that is outside the narrow limits of my personal life".

«Supporting Nikki has been very interesting and greatly rewarding. I have watched her change from a shy young person with very low self esteem into a chatty, confident young woman who is looking for-  
ward to a bright future with her son.»

**The story of Paul (Home-Start volunteer from UK), cited in Home-Start UK website**

A terrible tragedy inspired father of four Paul No-  
lan to volunteer with Home-Start - the death of his mother in a house fire.  
«It was as though my eyes had been opened,» says Paul. «I decided that you have one life and I wanted to make my life better by making other people's lives better.»

The experience of the volunteer who works with families has a lot to offer, for the present as well as for the future :

### In the words of our volunteers ...

What has Home-Start offered you?

✓ "sensitivity, belief, strength and love"

✓ "improving life, vision, life attitude"

✓ "I have benefited since I realised the end-  
less shared problems of people and have be-

come more mature through this"

✓ "self-respect, self-appraisal and more re-

spect for the others"

✓ "training in human relationships"

✓ "we receive pleasure when we help... at  
some point some may help us too"

✓ "I supported the family to overcome some  
of their problems, being there for them; I  
heard what they wanted to say. That simple.  
My experience as a Home-Start volunteer  
changed me for the better. I have become a  
better parent and better person"

### The story of Maria (Home- Start volunteer from Greece)

"When I heard about Home-Start for  
the first time, I remembered the dif-  
ficulties I had faced as a mother and  
a wife when our daughter was born.  
So I decided to become a volunteer  
in order to offer relief to new moth-  
ers and their families.

After the training I soon started visit-  
ing a family once a week. This spe-  
cific family was composed of the fa-  
ther, the mother and a two-year old  
child. The mother who came from  
another part of Europe had the addi-  
tional difficulty of having to adapt to  
our country. As she informed me in  
the first visit, she had a heavy family  
background with difficult childhood  
years. She also said that she did not  
go out much and that she had lost  
much of her social life due to the  
child. At the beginning, I tried to  
hear the concerns expressed by the  
mother and the father about raising  
their child. Then they started shar-  
ing their interfamily problems. Soon  
a relationship developed with the  
mother and the child, a relationship  
based on trust. They started asking  
my opinion on some issues, but  
without necessarily taking my ad-  
vice into account. Sometimes I felt a  
great burden of responsibility about  
what to say or what to do in order  
to help them. Many times I did not  
want to go to their house due to the  
heavy atmosphere that prevailed  
there. Sometimes I was angry with  
myself or the family because I saw a

It is true that in many countries and communities  
it is still not easy to accept and understand the  
role of the volunteer and especially the volunteer  
that supports families in their homes. There is no  
"volunteer culture"; Yet, at a time where individu-  
alism and isolation are increasing, Home-Start  
brings forward a proposition of social solidarity.  
The Home-Start volunteers become ambassadors  
of another, more humane, approach to our rela-  
tionship with the others. This approach is based  
on selfless giving, mutual support and solidarity.



Your practical and communication skills.

You will learn to act as member of a team and cooperate with other people in order to reach a common target.

You will receive satisfaction from the communicating with other people and you will enjoy the rewards of your efforts

Your self-confidence will be improved since you will feel that you are helping to improve the life circumstances of the families you support

You will broaden your horizons since you will gain significant knowledge on aspects of life of yourself and other people

This unique experience may help you to realise what is more important and interesting for you and your professional life. Also, it is a significant professional resource for your future career

You will feel that you belong to a community of people that think like you and share your philosophy, not only a local and national community but an international community since Home-Start is operating in more than 20 countries

You will learn about human relationships, you will learn to understand others... you will mature!

you will never have to be in a position where you feel compelled to use them.



The work of a volunteer who helps and supports families has proved to be valuable for the families helping them deal with the problems they face. However, you as a volunteer may benefit essentially from this work too since:

You will have the opportunity to meet people and develop relationships that may be proved to become life lasting.

You will have the opportunity to develop your skills and capacities particularly

You will learn about human relationships, you will learn to understand others... you will mature!



### 8. The benefits for the volunteer

you are helping. You may make some suggestions to them without offending them, but you should remember that you are going to their houses as visitor and it is their responsibility to take the required measures for safety.

Finally, Home-Start is taking care to have you covered by insurance in case an accident should occur during your work as a volunteer.

Inform your coordinator about your instructions of how to reach the house.

Be well informed about the living conditions of the family you will visit, as well as the area they live in. In cases where the house that you are visiting is in a non-safe area, make sure to conduct your visits during day-time and have detailed instructions of how to reach the house.

As a Home-Start volunteer you should feel that your contribution is recognised and rewarded by our organization. At Home-Start we believe that the work of our volunteers is valuable and that the recognition of their work is one of the prerequisites for our successful cooperation.

It is possible that the family you visit does not always reward you for your work. But Home-Start as an organisation will remind you of your positive characteristics, will encourage you and will show you that your contribution is recognised and rewarded. Such ways could be, for example, appraisals by the management board and an honorary recognition of your contribution during an event.

Take care of your personal items and always carry your mobile phone.

Never give advice to the family on pharmaceutical treatment.

Do not use electric equipment if you have any doubts about their safe operation.

In case something troubles you about safety in the house you visit, discuss it with the people

As a Home-Start volunteer you should feel that your contribution is recognised and rewarded by our organization. At Home-Start we believe that the work of our volunteers is valuable and that the recognition of their work is one of the prerequisites for our successful cooperation.

It is possible that the family you visit does not always reward you for your work. But Home-Start as an organisation will remind you of your positive characteristics, will encourage you and will show you that your contribution is recognised and rewarded. Such ways could be, for example, appraisals by the management board and an honorary recognition of your contribution during an event.

For any change of your schedule you should always inform your coordinator.

Take care of your personal items and always carry your mobile phone.

Never give advice to the family on pharmaceutical treatment.

Do not use electric equipment if you have any doubts about their safe operation.

In case something troubles you about safety in the house you visit, discuss it with the people

As a Home-Start volunteer you should feel that your contribution is recognised and rewarded by our organization. At Home-Start we believe that the work of our volunteers is valuable and that the recognition of their work is one of the prerequisites for our successful cooperation.

It is possible that the family you visit does not always reward you for your work. But Home-Start as an organisation will remind you of your positive characteristics, will encourage you and will show you that your contribution is recognised and rewarded. Such ways could be, for example, appraisals by the management board and an honorary recognition of your contribution during an event.

For any change of your schedule you should always inform your coordinator.

Take care of your personal items and always carry your mobile phone.

Never give advice to the family on pharmaceutical treatment.

Do not use electric equipment if you have any doubts about their safe operation.

In case something troubles you about safety in the house you visit, discuss it with the people





**To respect and support the rights of the child**

At Home-Start we respect the rights of the child as expressed by the UN Convention on the Rights of the Child. For us the interest of the child is of crucial importance and we take all possible actions to ensure it.

the coordinator who, in turn, should inform the competent authority. In such cases you should not ask for the parents' consent.

**To respect the principle of equal opportunities**

At Home-Start we support many families that belong to socially vulnerable or culturally different groups offering them practical and emotional support in order to achieve equal opportunities in their lives. We respect the identity, the rights and the value of each person and we oppose discrimination based on ethnic origin, religion, culture, physical condition, gender, sexual identity, family circumstances or any other factor.

**To promote gender equality**

At Home-Start we are very sensitive to gender issues. As a Home-Start volunteer, you are called to support the mother's role and improve her position in the family but also in society. It is important to help the mothers to develop their skills and capabilities. Equally important is to encourage the father to participate on an equal basis in the responsibilities of the family and of family care.



From the moment you will cooperate with us as a volunteer, you should be aware that you don't only have commitments to us but you also have responsibilities of your rights and safeguard them. Specifically your rights are:

**7. The volunteers' rights**

Home-Start should offer you an introductory preparation programme before you start visiting families at their homes. Furthermore, it should provide you with comprehensive information regarding Home-Start philosophy and practice and clarify any question regarding the organization.

**Your right to training**

Ongoing training in order to improve your role should take place and be provided within specific intervals.

**Your right for support**

The coordinator in charge should provide you with continuous support as well as guide and



**Your right to safety**

At Home-Start we will never ask you to visit families if we know that there are conditions that may put your safety at risk. It is useful when you visit houses of families to follow the safety rules listed below:

the coordinator who, in turn, should inform the competent authority. In such cases you should not ask for the parents' consent.

**To respect the principle of equal opportunities**

At Home-Start we support many families that belong to socially vulnerable or culturally different groups offering them practical and emotional support in order to achieve equal opportunities in their lives. We respect the identity, the rights and the value of each person and we oppose discrimination based on ethnic origin, religion, culture, physical condition, gender, sexual identity, family circumstances or any other factor.

**To promote gender equality**

At Home-Start we are very sensitive to gender issues. As a Home-Start volunteer, you are called to support the mother's role and improve her position in the family but also in society. It is important to help the mothers to develop their skills and capabilities. Equally important is to encourage the father to participate on an equal basis in the responsibilities of the family and of family care.

supervise you in your work. The coordinator should provide you with various ways of support in order to cover your needs and specifically:

**c. Social Support**

At Home-Start, you will have the opportunity to participate in social activities that will help you develop relationships with the other team members. Such activities could be coffee meetings, celebratory events and activities, going out together for theater or cinema, group meals and excursions during weekends. Such activities offer you additional moments of relaxation and pleasure and the opportunity to develop personal at any time that you need him/her. He/she should make you feel at ease and generate a sense of trust in order for you to be able to talk to him/her on any issue that worries you.

**a. Personal support-supervision**

This kind of support is extremely valuable to our volunteers. The personal support and supervision could take place either through face-to-face contact with the coordinator or through telephone contacts with him/her if it is urgent. The coordinator in charge should be at your disposal at any time that you need him/her. He/she should make you feel at ease and generate a sense of trust in order for you to be able to talk to him/her on any issue that worries you.

**b. Group support**

In this kind of support, you have the opportunity to meet with the coordinator and other volunteers working with the families. Through these group meetings you will have the opportunity to exchange views in a pleasant and relaxing environment. Also you will be able to share your experiences regarding things that you may have done wrong, discuss issues that trouble you as well as your success stories.

The trust between the group members is a basic factor in this kind of support. In the group, you will feel that you can get support from the other members and confide in them the issues







### 5. The collaboration with the families and its limits

From the moment you start working as a volunteer who supports families, you will be called on to deal with a series of new challenges and you will witness pleasant as well as unpleasant circumstances. Your work with the families will teach you how significant it is to share. You will live moments of pleasure and emotion. You will be compensated for your efforts since after systematic work you will see the results of your efforts.



On the other hand, difficulties and problems are part of life and the families we support are no exemption. For this reason, do not think that things will be always rosy. Adversities do occur and it is possible that you will face traumatic experiences at times. You will not be the first or the last one to go through this. There is no reason to feel intimidated. At Home-Start we are able to equip you with resources in order to overcome these issues with one of our professionals, that is, the scheme coordinator.

At Home-Start we are expecting from you to be reliable and consistent with the responsibilities you undertake in relation to families. But there are also limits to your relationship with the supported families. Limits are necessary in any relationship and make sure that you set them as Home-Start volunteer. You should remember that the objective of Home-Start is to support

In your work at Home-Start, it is essential to know the limits of the work you undertake and, therefore, know also exactly what you should not undertake. Specifically, when you visit families you should be wary of the following:

▶ You should not cross the limits agreed initially with the family. If someone you support asks you to visit him/her more frequently, you should discuss his/her request with the scheme coordinator.

▶ You should remember that your role is not to look after children and that the family you support should not request that from you. Nevertheless, the relationship with the family is a human relationship and this means that sometimes, when a need arises, you may have to do that.

▶ You should remember that the purpose of your work is to help the people you support to become independent and not to depend on you. This should be made clear from the beginning so that the families do not expect from you things you cannot perform. Also, since the time you spend with them will be limited, you should help them to have access and make use of public services which are available to their community, as well as services of other non governmental- or- organisations active in their region.

▶ You should remember that you are not a professional counselor. Sometimes, you may be present in a situation of conflict within the family. In such cases, as a person offering emotional support, you simply remain calm, hear their prob-



lems with patience and sympathize but you should not suffer along with them. Through your attitude and patience, they will receive the right message and calm down. However, only suitably trained professionals can provide counseling services. If you believe that the people supported by you have the need for such services, you may discuss the issue with your coordinator in order to contact, if needed, the competent authorities.

choice.

ter the end of the support, a personal friendship is developed, as a result of common wish and

### 6. Principles and ethics

Home-Start schemes operate in many countries of the world but all follow common principles and ethics. The initial preparatory programme for volunteers, as well as the continuous training process and supervision during the volunteer activity, cultivate these principles and help you to apply them in practice.

From the moment you are selected and start work in our organization, we expect you to follow the principles and ethics of Home-Start and specifically:



▶ You should always respect the private space of the families you visit. You should remember that you visit the houses of these people because they have invited you. Before you enter a room, you should wait to be invited and you should take their permission before you use any house equipment. The golden rule is to behave with discretion and respect during your visits to their houses!

Our volunteers are well aware that their relationship with the families is based on the common parental experience that allows them to be Home-Start friends for the families and not their close friends. They are Home-Start friends since they communicate and develop personal relationships with the families in response to a need for support that the families express. The purpose of this relationship is to help the families overcome the difficult stage they are passing through. However, there may be a case that, although, there is an exemption: when the safety of a child is at risk, you should inform immediately

### To respect the principle of confidentiality

You should be aware that the information for each family is confidential and should be kept only within Home-Start. Any information disclosure to third parties should be made only with the consent of parents and through the coordinator of the scheme. Information disclosure is made only if this is for the interest of the family you support.





of the volunteer, on the other. The right match- ing between a volunteer and a family constitutes one of the key factors in restoring a balance in the family.

The systematic cooperation and support of the volunteer by the coordinator ensures the re- quired framework for his/her work and the re- assurance that he/she is conducting the work in the right way.

The relationship of the volunteer with the co- ordinator is a relation of mutual trust and posi- tive spirit. The problems and difficulties are dis- cussed in a constructive way in order to improve the work and the quality of the support to the family.

Within the context of his/her work, the volun- teer may be required to be in touch with other services or professionals. All contacts to third parties are made with the agreement and in col- laboration with the coordinator. Home-Start experience has shown that the volunteers are the inter- mediatary between the family and the professionals. This is so because their commu- nication with the family is direct (from parent to par- ent) and thus closer. It is also "non - professional"; mean- ing without strictly prede- termined work methods and thus easier. Furthermore, it is participative and thus less stigmatizing.

We particularly emphasise the importance of the matching of the volunteer to a family, which takes place after the preparation programme of the volunteers. This process is implemented carefully by the coordinator who has as his/her basic concern to match the needs of each family, on the one hand, with the skills and sensitivities



#### 4. The relationship between the volunteer and the coordinator



At Home-Start you should be aware that you are not alone. There is always a professional along- side you. This is the coordinator, who is the key person of every Home-Start scheme. The coor- dinator is the point of reference of the volunteer and the person that can answer your questions or can work with you in order to solve any dif- ficulties.

#### The coordinator is responsible for:

- ▶ The recruitment of volunteers
- ▶ Their preparation in order to understand their role, the principles, ethics and prac- tice of Home-Start
- ▶ The matching of the volunteer with the suitable family
- ▶ The preparation, in collaboration with the volunteer and the family, of a work plan that corresponds to the needs of the spe- cific family
- ▶ The support of the volunteers in their work overall
- ▶ The care for the safe- ty, prosperity and de- velopment of the vol- unteers

on the one hand, with the skills and sensitivities



come a volunteer, it is essential to:

- have good communication skills
- be able to be a positive participant in a group
- be able to undertake commitments and be consistent to the obligations towards the families
- be enthusiastic, open and have a sense of humor
- believe and implement the core Home-Start principles in your own life, such as respect for the other, confidentiality and non-discrimination in relation to people of different sex, sexual orientation, eth- nic origin, religion, culture or disability.

At Home-Start, we welcome all people that full- fill the above criteria, independently of their country of origin and their age. We select our volunteers very carefully and we evaluate to what extent they fulfill the required condi- tions in order to offer their voluntary services to our organization. As Home-Start, we select the most suitable volunteers, prepare them for their work and support them in whatever they need.

In order to become a Home-Start volunteer, you should provide us with one to two letters of rec- ommendation that will certify your capacity to act as volunteer. It is obvious that a person does not qualify to be a volunteer if he/she has committed an offence which deprived him/her of his/her parental rights or an offence of ill-treating his/her chil- dren or has committed crimes against sexual freedom or crimes of violation of the current laws on drugs or trafficking of people or organs.

For this reason, one of our requirement is that the volunteers, before the beginning of family visiting, bring us a copy of their criminal record and declare that they have no pending cases against them regarding the above crimes. We take these precautions because our basic concern is the safety of the families and children that we support. If you would like to be volunteer but you do not have parental experience, do not be disappoint-



ed! There are a lot of other ways to help. For ex- ample, you may be useful in various activities of our organisation such as: taking part in the or- ganisation of events; speaking to groups of fam- ilies or volunteers if you have some professional experience that we think would be useful to share; getting involved in fund-raising activities or offering services to poor families (i.e. teach- ing Greek to immigrant children or supporting poor children in their study). We could also sug- gest and put you in touch with other organisa- tions that they may require the specific kind of help you can offer.



### Why is parental experience essential?

At Home-Start we know very well the difficulties of raising a child. It is essential that our volunteers have first hand experience with these difficulties. Parental experience constitutes for Home-Start its most important asset. Home-Start recognizes that through this experience, parents have the opportunity to learn from their mistakes. The result of this introspection or "exploration" of themselves is becoming more mature as personalities. This makes them capable of offering valuable help to other parents.

- natural parents
- an ancestor or a step-mother/father
- an elder brother or sister who has undertaken the role of parent in case of death or abandonment of the natural parent him/herself

It is essential that the families are aware that the volunteers that support them have themselves parental experience and that they have gone through the joys and difficulties of raising a child. This common parental experience is valuable since it creates the required climate of familiarity and trust between the family and the volunteer.

Families supported by Home-Start may be also helped by other people too such as social workers, advisors on family support etc. But Home-Start volunteers are unique and differ from the other supporting agencies in that they themselves have parental experience,

### What else is required in order to become a volunteer?

Further to parental experience, in order to be

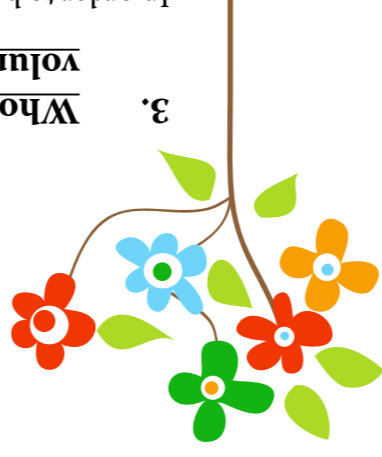


meetings that are organised approximately once a month

cooperate with your coordinator at Home-Start who is going to guide and support you in your work. You should inform her/him of problems or changes in the families you visit, as well as your personal problems that may affect your visits to the families

strictly follow the guidelines of Home-Start regarding confidentiality and the protection of children. You should also understand and follow the Home-Start policy regarding equal opportunities, health and security

- take care that your vehicle complies with the required security standards in case you are transporting family members
- keep records as specified by the Home-Start scheme



### 3.

### Who may become a Home-Start volunteer

In order to become a Home-Start volunteer you need not have any specific qualifications. The experience of raising children is the crucial asset that is required, without of course being the only one.

to more complicated ones like an illness, disability or death.

### 2.

### The commitments – obligations of the Home-Start volunteer

At Home-Start we are looking for ordinary but energetic people who understand how difficult it can be to bring children into the world. You are our man/woman if you are responsible, reliable and consistent regarding your obligations. Since we would like to develop confidential long-lasting relationships, we select volunteers who can stay with us for at least two years. After all, the process of training, finding the right family for each particular volunteer and, of course, the support of the family at home requires time.

Your basic commitment as a Home-Start volunteer is to help and support one specific family at least once a week for two to three hours for as long as it is required. If you have the capacity, we may ask you to help in the support of more than one family, since some times the number of families that we need to support is large. In addition, if you are selected as a Home-Start volunteer, you should consent and commit yourself to the following:

- ▶ support and looking after the families that you have agreed to help
- ▶ follow the "support schedule" that family and that corresponds to the difficulties that the family itself identifies
- ▶ be involved initially in a preparation course of about 30-40 hours and later in the volunteer group

### In the words of our volunteers...



### What do you believe you offer to the families you are supporting?

- ▶ "a listening ear"
- ▶ "moral support"
- ▶ "love, affection, assistance, knowledge"
- ▶ "time and support, encouragement, joy, communication, love"
- ▶ "emotional support"
- ▶ "joy and playing with the children"



In general, we are expecting our volunteers to:

- support emotionally as well as practically the families
- show the necessary respect to the families they visit and behave with dignity to the distinct identity of the person they support

- reassure the families that the problems they face are common and usual and not unique and irresolvable
- emphasize the positive elements in each parent

- facilitate parents to find solutions to their problems

- encourage the development of parental skills and other social skills

- support the parents accessing and making efficient use of the services available in their community
- encourage parents to develop social networks and relationships

### What kind of families am I going to support?

The Home-Start approach is above all personal. Having as focal point the face to face communication, our volunteers develop deep human relationships with the families. In this way, the families we support do not feel alone.

Any family may, at some time, face problems and look for support. At Home-Start we support families facing a broad spectrum of difficulties, from the simpler ones, like the pressure of the daily routine or the birth of a child



### 1. Work description of the volunteer

#### What exactly am I going to do as Home-Start volunteer?

Our volunteers regularly visit families with small children at their home. Our aim is to strengthen the families we support and to help them become independent. The way volunteers support the families depends on and is adapted to the needs of each family. In this sense, there is no one "unique" work method since each family is special and has different characteristics and requirements.

Home-Start addresses and supports the parents in their parental role, recognizing its determining impact on the child's life during the early years. Children of small age spend most of their time at home with their family and so the family and specifically the parents are the main agents of influence and socialisation of their children.

That is why Home-Start builds its intervention around the parents without of course excluding children. Only when a positive relationship exists between the parents and the child, there are better chances that the difficulties a child may face can be dealt with.

The basic objective of our work is to develop a family environment in which the child can grow up in joy, can improve its sociability and can develop its capacities. Home-Start recognizes what parents offer and the huge efforts they make, often in adverse circumstances, and supports them in the challenges they face, in order to act in a positive way as parents for the benefit of their children.

### Introduction



There are various programmes that have as their objective the support of families, on a national as well as on an international level.

Many of these programmes are implemented mainly by volunteers, who offer their time and experience to individuals as well as to families in their homes. Their objective is to support them in their daily routine, to reduce their vulnerability and to strengthen them in order to become more functional and autonomous.

This Guide is inspired by the philosophy and the practice of Home-Start. We draw our conclusions from the work and experiences of Home-Start, hoping that these are useful to anyone interested in becoming a volunteer in our organization. However, we also believe that these will be useful to any volunteer working presently with families in other organizations or is interested in becoming a volunteer in the future.

The core of Home-Start work is its volunteers. They are the people available at any time to listen to the family's difficulties with patience, without criticism and with respect to their privacy. In addition, through the relationships that they develop with all family members, they help their positive side to emerge and their hidden skills and capacities to be highlighted. Also, they encourage them to see other views and perspectives and to develop their own solutions to the difficulties they face. Through their valuable contribution, they help the families to stand again on their feet and to avoid possible crises or even breakdown.

We are aiming with this Guide to clearly describe the basic principles and philosophy of Home-Start, as well as to clarify questions usually raised by volunteers working with families.

We are hoping that this Guide is useful to any volunteer who wishes to support families which, at some phase of their life, are in need of outside support.





CONTENTS

Introduction ..... 4

Chapter 1 Work description of the volunteer ..... 5

Chapter 2 The commitments – responsibilities of the Home-Start volunteer ..... 6

Chapter 3 Who may become a Home-Start volunteer ..... 7

Chapter 4 The relationship between the volunteer and the coordinator ..... 9

Chapter 5 The cooperation with the families and its limits ..... 10

Chapter 6 Principles and ethics ..... 11

Chapter 7 The volunteer's rights ..... 12

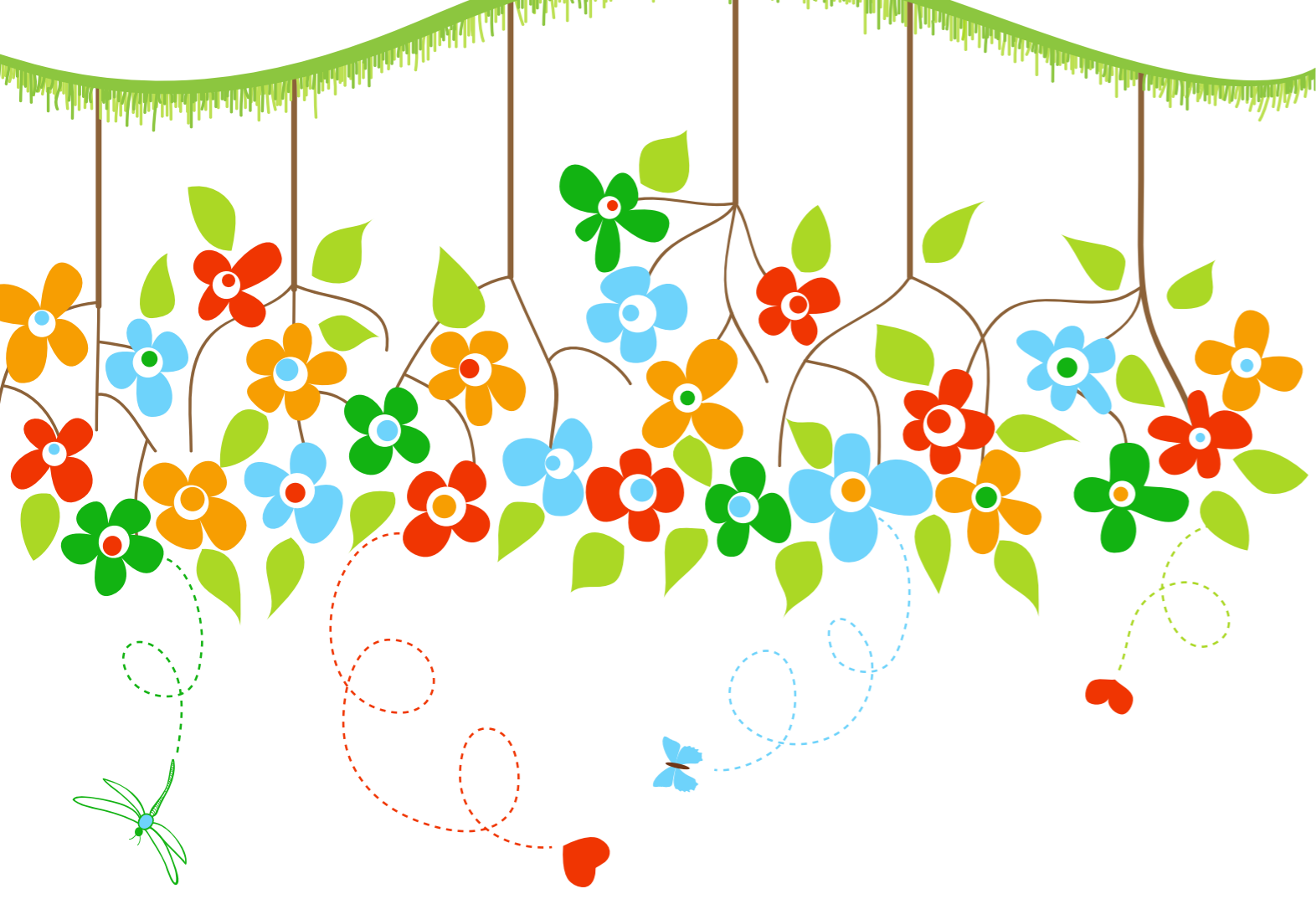
Chapter 8 Benefits for the volunteer ..... 15

Appendix:

Stories of Home-Start volunteers around the world ..... 16

References – bibliography ..... 22

Publication information ..... 22



What is Home-Start

Home-Start is a programme addressing families that face difficulties, or are under pressure, and that have at least one child of preschool age. Carefully selected and trained volunteers offer on a regular basis (usually once a week) support, friendship and practical help at home, for as long as it is needed, in order the families to overcome their difficulties and prevent more serious problems from arising.

The programme is aiming at strengthening the self-confidence and self-reliance of families, in order to fulfill their parental role, to make better use of other services and to develop social networks and relationships. The services of the programme are free of charge and confidential.

A Home-Start scheme may operate as an independent non- governmental, non profit organization. Alternatively, it may operate in cooperation and within the context of the activity of other agencies with similar objectives, with the understanding that they adopt the standards and the ethos of Home-Start.

Each scheme uses at least one paid coordinator, who is responsible for the organization and the operation of the scheme and the supervision of the volunteers. The coordinator also develops a local network of collaborating agencies for the best possible coverage of the needs for the families.

**Home-Start may help...**

- Single-parent families
- Families with many children
- Mothers with post-natal depression
- Families newly established in the area
- Solitary or isolated parents
- Immigrant families of any origin
- Families with health or disability problems
- Any family with at least one child of preschool age

**Home-Start on international level**

Home-Start is an international programme that started in 1973 in Great Britain and within a few years it spread in more than 20 countries. The first Home-Start scheme in Greece was developed on a pilot basis in Thessaloniki in 2004, in the settlement of Kalamaria municipality. Today two schemes are operating: one at Volos municipality which started its operation in 2006 and one in Athens, which started its operation in April 2011. The Greek schemes are coordinated and supervised by the National Coordinator who is Home-Start Hellas (www.homestart.org.gr). All the countries with Home-Start schemes are part of an international network coordinated by Home-Start Worldwide (www.homestartworldwide.org). Home-Start schemes around the world are committed to follow common standards of practice and adopt the Home-Start ethos which ensures their special and unique character.



**Home-Start Hellas**  
 24, Ethnarchou Makarion str, 174 55 Alimos  
 mob.+30 6944691355, +30 6934226729  
 e-mail: hellas@homestart.org.gr  
 Contact person: Evi Hatzivarava



www.homestart.org.gr



Athens, 2013

Eleni Vradi

# I want to be a volunteer to families

A Guide based  
on the experience of Home-Start

