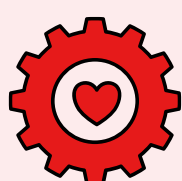


Denna guide innehåller **de minimiuppgifter** som nya frivilliga vid Röda Korset måste känna till för att börja vid mathjälpen.

Efter att ha studerat guiden och/eller efter en kort utbildning kan personen vara verksam som frivillig i mathjälpen, t.ex. som pop up-frivillig och i uppgifter som inte kräver specialkunskaper. Guiden ger den information som behövs för att med låg tröskel ställa upp som frivillig.

**Finlands Röda Kors mathjälpsverksamhet är mångformigt och övergripande hjälparbete.**



## 1. Principer och etiska anvisningar

7

**All verksamhet styrs av Röda Korsets sju principer:**

Humanitet, opartiskhet, neutralitet, självständighet, frivillighet, universalitet och enhet.

### Grundläggande principer inom mathjälpen

**Humanitet:** Mathjälpen är för många en viktig hjälp för att klara av vardagen. Att förhindra och lindra människors lidande är Röda Korsets viktigaste uppgift.

**Opertiskhet:** Röda Korset försöker lindra lidande enbart utifrån människors behov av hjälp, inte deras nationalitet, religion, ras, politiska åsikter eller samhällsliga ställning.

**Frivillighet:** Mathjälpsverksamheten genomförs och organiseras med frivilliga krafter.

### Etiska anvisningar för mathjälpen:

**Utgångspunkten för att ge hjälp är endast hjälpbehovet.** Det räcker att den som söker mathjälp själv uttrycker ett behov.

**Sekretess och tystnadsplikt:** En frivilligarbetare har tystnadsplikt. Tystnadsplikten fortsätter även efter att verksamheten har upphört.

**Mathjälpen är avsedd för alla enligt samma principer**

**Innehållsmässigt är mathjälpen så jämlik som möjligt för alla.** Som undantag kan mängden anpassas till hushållets storlek och man kan försöka beakta eventuella specialdieter.



## 2. Hygien och livsmedelssäkerhet

En frivillig som arbetar med mathjälpen ska sörja för sin personliga renlighet. **laktta god handhygien! Största delen av matförgiftningarna beror på dålig handhygien.**

Mathjälpsverksamhetens hygien- och livsmedelssäkerhetsanvisningar grundar sig på Livsmedelsverkets anvisning, som ska iakttas.

De som arbetar i området för livsmedelshantering måste ta hand om sin personliga renlighet. Noggrann och regelbunden handtvätt är den viktigaste förutsättningen för hygienisk hantering av livsmedel.

En person som har en sjukdom som smittar via livsmedel eller som bär på en sådan sjukdom eller som till exempel har infekterade sår, hudinfektioner eller diarré får inte hantera livsmedel.

Ifall du som frivillig är t.ex. förkyld, ska du den gången utebli från mathjälpen. Om du har ett sår, skydda det t.ex. med ett plåster. Om du har ett sår på handen ska du dessutom använda skyddshandskar.

Inom mathjälpen delar man huvudsakligen ut svinnsnmat som donerats.

Den som överlämnar livsmedel ska kontrollera förpackningarnas skick och utseende innan de överlämnas.

Livsmedel som har förvarats fel eller vars säkerhet man av någon annan orsak kan betvivla får inte ges som mathjälp.

I matutdelningen får man inte dela ut livsmedel som förvarats på fel sätt eller vars säkerhet man av andra orsaker kan betvivla, skämda produkter, alkohol och tobaksprodukter, modersmjölksersättningsprodukter, produkter som överskridit sista användningsdagen [med undantag för produkter som frysts in före datumet].



### 3. Bemötande inom verksamheten för mathjälp

Alla ska bemötas lika samt med respekt och bli hörda.

Det är viktigt att sträva efter att beakta viljan till växelverkan hos de som söker mathjälp. Vi respekterar människors önskan om lågmälat umgänge och å andra sidan svarar vi på samtalsbehov.

Människors behov av mathjälp ifrågasätts inte.

Tänk på hur du bemöter mathjälpsmottagaren. Hur skulle du själv vilja bli bemött? En vänlig, öppen inställning. Vi som ger hjälp bedömer inte hjälpbehovet, utan det gör kunden själv.

Beakta i mån av möjlighet människors olika behov, såsom barn.



### 4. Inkluderande mathjälpsverksamhet och mathjälpsverksamhetens övergripande karaktär

Mathjälpsverksamheten är mer än bara mat.

Mathjälpsverksamheten är mångformig. Den kan bestå av exempelvis utdelning av matkassar, gemensamma måltider, fältköksevenemang samt inkluderande frukostevenemang som utnyttjar svinnsnmat.

I samband med mathjälpsverksamheten kan det finnas exempelvis en Hälso punkt eller så kan man bjuda in frivilliga från vänverksamheten och det psykiska stödet.

Mathjälpen är en bra kanal för att nå människor med andra former av stöd, hjälp och verksamhet.

I samband med mathjälpen kan man ordna möteskaféer, klubbar och bingo samt dela ut exempelvis broschyrer.

Man kan samarbeta förutom med Röda Korsets olika aktörer även med exempelvis andra organisationer och föreningar, kommunens socialväsande, FPA samt arbetskraftstjänsterna.

I samband med mathjälpssevenemang kan man ordna informationsinslag bl.a. till stöd för hälsofrämjandet och ekonomihanteringen.

Engagerande verksamhet erbjuds utan tvång att delta.

Du kan också bjuda in mathjälpsmottagare som frivilliga för att ordna mathjälpsverksamhet och till andra frivilliguppgifter! Meddela dock tydligt att det inte är ett villkor för att få hjälp.