Kartlegging av frivillige ved Bergen Røde Kors Sykehjem

Det er nyttig å kartlegge interesser, tilgjengelighet og kompetanse for å kunne tilpasse frivilligaktiviteten på best mulig måte.

Personopplysninger

Navn: _____

Telefon: _____

E-post: _____

Fødselsår (valgfritt): _____

Nærmeste kontaktperson (navn og telefon):

Hvilke frivillige oppgaver ønsker du å bidra med?

NB! Kryss av for aktiviteter du kan tenke deg å delta i:

☐ **Morgenvert i avdeling** *Formiddag*
Ønske beboere god morgen, tilberede og servere frokost, skape hyggelige måltider og sosialt fellesskap.

☐ **Trivselsvert i avdeling** *Formiddag*
Samtaler, lesing, spill, musikk, baking, håndarbeid, sosiale aktiviteter og praktiske trivselsoppgaver.

☐ **Besøksvenn**
Fast besøk hos en, eller flere beboere.

☐ **Følgevert** *Dagtid*
Ledsage beboere til aktiviteter, frisør, fotpleie osv., samt være vert ved hovedinngangen.

☐ **Turvenn**
Gå tur med beboere eller følge dem til uteområder og kafé.

☐ **Hagelag**
Stell og utvikling av sansehagen.

☐ **Huskor** *Dagtid*
Delta i eller bidra til sykehjemmets kor.

☐ **Våketjeneste**
Være til stede for alvorlig syke og døende beboere. NB. Krever obligatorisk kurs.

☐ **Følgetjeneste** *Dagtid.*
Følge beboere til sykehus, undersøkelser eller andre avtaler utenfor sykehjemmet.

☐ **Vandresang** *Dagtid.*
Vi synger oss gjennom alle avdelinger.

☐ **Konserter/Bingo**
Hente/bringe beboere til fellesaktiviteter.

☐ **Fotballpub** *Helg –ettermiddag.*

☐ **Spiller selv et instrument og kan underholde på avdeling**

☐ **Organisere treff på tvers av avdelinger** *Dagtid.*

☐ **Dekorering av fellesområder**
Vi har ønsker ulike utstillinger i fellesarealene tilpasset årstid og høytid, og har et rikt rekvisittlager.

☐ **Andre aktiviteter eller oppgaver jeg kan tenke meg:**

1.
2.
3.

Tilgjengelighet

Hvilke dager passer best?

☐ Mandag
☐ Tirsdag
☐ Onsdag
☐ Torsdag
☐ Fredag
☐ Helg

Hvor ofte ønsker du å bidra?

☐ Ukentlig
☐ Annenhver uke
☐ Månedlig
☐ Ved behov
☐ Annet: _____

Kompetanse, erfaring hobbyer og interesser

Vi ønsker å bli kjent med deg og dine ressurser. Kanskje har du erfaring eller interesser som kan komme beboerne til gode?

Tidligere yrke eller utdanning
Har du spesielle ferdigheter eller kompetanse?

☐ Musikk eller sang
☐ Korledelse
☐ Håndarbeid
☐ Baking eller matlaging
☐ Hagearbeid
☐ Høytlesing eller historiefortelling
☐ Formidling eller undervisning
☐ Data eller teknologi
☐ Organisering av arrangementer
☐ Kunst eller kreative aktiviteter
☐ Friluftsliv
☐ Førerkort klasse B
☐ Flerspråklig kompetanse
☐ Erfaring fra helse- og omsorgssektoren

☐ Annet: _____

Hobbyer og interesser
Er det aktiviteter du selv kunne tenke deg å lede eller bidra til?

Om deg som frivillig

Hva motiverer deg til å være frivillig hos oss? _____

_____

Er det noe annet vi bør vite om deg? _____

_____

Dato: _____

Signatur: _____