



# Om te help of nie te help nie?

Ons harte sê ons moet almal help want die nood is groot. Tog weet ons, ons kan nie almal help nie; dis onmoontlik. Daar bestaan nie 'n vinnige antwoord op hierdie vrae nie. Dis 'n moeilike, uitdagende, teenstrydige en fisies uitmergelende taak om elke dag te besluit, wié en hoé daar gehelp moet word.

Die enigste wyse is om riglyne en waardes neer te lê, wat tydens hulpverlening toegepas kan word. Ons sal dan makliker en reg kan help. Ons koppe en ons harte moet tydens hulpverlening saamstem, dan sal ons die regte besluit kan neem en die regte dinge kan doen

## VRAE, RIGLYNE EN WAARDES VIR MYSELF:

### Waarom wil ek help?

Ons moet gereeld selfondersoek doen. Nie omdat jy twyfel in dit wat jy doen nie, maar om seker te maak dat dit wat jy doen met die regte hart gedoen word. Ons is nie alleen besig om kospakkies uit te deel, of klere en skoene aan mense te voorsien nie. Ons het ook 'n roeping, 'n opdrag en 'n opvoedingstaak. "Wat julle ook al doen, doen dit van harte soos vir die Here en nie vir mense nie." – Kol 3:23

### Waarde wat ons vir ander wil oordra:

Liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelikheid, goeiehartigheid, getrouheid, sagmoedigheid en selfbeheersing. (Die vrugte van die Gees.)

### Moet ek help?

Ons ervaar dikwels 'n gevoel dat mense ons probeer gevangenis hou met die woorde wat hulle gebruik. As 'n mens vasgevang voel, help jy verkeerd. Moét help, moet altyd vervang word met: Kán ek help? Is ek die regte persoon om te help of is hierdie persoon se behoefte op 'n ander vlak? Het ek die nodige hulpbronne om te kan help? Het ek die emosionele kapasiteit en kennis om te kan help?

Solidariteit Helpende Hand ondersteun op 'n gestruktureerd en georganiseerde wyse. Daarom mag en móét ons soms nee sê. Jy mag die persoon verwys na 'n ander hulpbron of organisasie of iemand met meer kennis of meer ervaring. Daar bestaan verskeie redes waarom mens eerder verwys. Die belangrikste rede is dat jy soms net as 'n enkele straatlig in 'n lang laan van straatligte gebruik word. Die persoon moet van straatlig tot straatlig beweeg, om sy bestemming te bereik. As hy by die eerste straatlig gaan bly staan, gaan hy nooit sy bestemming bereik nie. Jy is op daardie stadium slegs 'n instrument wat die persoon bystaan wat op sy lewenspad moet stap om sy bestemming te bereik.

In tye van krisis het baie mense die ingesteldheid dat hulle ander wil help, maar 'n meer volhoubare oplossing is om ander te help om hulle self te help. Verder moet ons ook by Solidariteit Helpende Hand die woord "help" reg definieer. Soms word hulp aan mense verdraai deur, mense se probleme oor te neem en vir hulle 'n oplossing te probeer voorskryf. Om mense te help om hulle self te help daarenteen, behels ondersteuning en ontwikkeling van insig sodat mense hul omstandighede kan verander.

Help ek reg of help ek eintlik verkeerd? Help ek die persoon uit die gat uit of help ek die persoon verder in die gat in? Ons is helpende hande, dus steek ons ons hande uit, maar die ander persoon moet ook sy hand uitsteek om uit die gat getrek te word. Verder moet die persoon ook die tree gee om uit die gat te klim. As ek die persoon gaan trek, sonder dat hy die tree gee, gaan daar een van twee goed gebeur. Ons albei gaan in die gat inval of ek gaan sy arm omtrent moet aftrek om hom oor die rand te sleep. Ek gaan die persoon op hierdie wyse baie seermaak met my pogings, al was dit goeie bedoelings. Hy kan moontlik selfs kwaad vir jou wees omdat hy seergekry het. Ons moet dus altyd eers 'n tree terugneem en evalueer hoe ons moet help.

By Solidariteit Helpende Hand bou ons brûe saam met mense op 'n gestruktureerde, georganiseerde en volhoubare wyse. Ons wil onder geen omstandighede afhanklikheid van die stelsel by mense skep nie, want dan ontnem ons hulle van 'n vry, veilige en voorspoedige lewe. Ons moedig mense aan om self verantwoordelikheid te neem, selfhelp toe te pas en selfbestuur uit te leef. Ons behoort 'n bietjie tyd te spandeer, vrae te vra en uit die antwoorde oplossings uit te lig wat hulle self kan toepas. 'n Mens is baiekeer verbaas oor die slim planne waarmee mense vorendag kom as ons 'n pad met hulle loop en hulle aanmoedig om self oplossings vir hul situasie te vind. Soms het mense meer direkte leiding nodig, maar ons moet hul altyd laat voel dis hulle wat die oplossing gevind het.

### Waarde wat ons aan mense wil oordra:

1. Ons doen dinge uit liefde en begrip vir mekaar, nie uit omkoop en manipulering nie.
2. Daar is fisiese en emosionele grense wat toegepas moet word.
3. Elke mens het talente en gawes wat aangewend moet word.
4. Elke mens moet eie besluite en keuses maak.
5. Menswaardigheid.

### Riglyne:

- Riglyn 1:** God gee vir ons die opdrag om ander by te staan.  
**Riglyn 2:** Ons lewer hierdie liefdesdiens aan ander uit dankbaarheid vir dit wat ons sêlf ontvang het.  
**Riglyn 3:** Jy is nooit verplig om te help nie, jy help omdat dit nodig is.  
**Riglyn 4:** As jy gemanipuleer voel, gaan jy verkeerd help.  
**Riglyn 5:** Jy mag en moet soms nee sê. Stel grense om jou en die kliënte te beskerm.  
**Riglyn 6:** Dis belangrik om te bepaal of mense hulp wil hê, voordat daar hulp aangebied of gegee word.  
**Riglyn 7:** Ek help nie bloot ander nie – ek moet ondersteun, bemoedig, opvoed, leiding gee, ontwikkel en in staat stel. Ons is in 'n vennootskap.  
**Riglyn 8:** Verskaf hulpmiddels, maar verwag 'n teenprestasie om sodoende self-verantwoordelikheid te ontwikkel, bv. 'n assesseringsvorm moet ingevul word, of moenie namens hulle vir inligting skakel nie.  
**Riglyn 9:** Ondersteun mense, maar moenie dat hulle minderwaardig of ongekwalifiseer voel om hulle self te help nie. Laat die persoon self verantwoordelikheid neem vir sy omstandighede asook sy besluite.  
**Riglyn 10:** Dink sáám met die gesin of persoon aan planne; nie vir hulle nie.  
**Riglyn 11:** Ek moet besin oor hoe ek help, want hulp kan ook seermaak, verneder en omstandighede in standhou.  
**Riglyn 12:** Moenie 'n verwagting skep wat nie volhoubaar is nie.  
**Riglyn 13:** Ek steek 'n hand uit, maar dit bly altyd die persoon se keuse of hy óf /sy die hand gaan neem.  
**Riglyn 14:** Onthou, dit is soms moeilik om vir hulp te vra.  
**Riglyn 15:** Werk met hulle sterkpunte en leer hulle ekstra vaardighede aan.  
**Riglyn 16:** Dit is beter om minder mense effektief te ondersteun en te bemoedig, as om baie mense oneffektief by te staan.



# Die verspreiding van voedsel gedurende die Covid-19-tydperk in fases voorgestel:

## FASE 1 VAN VOEDSELVERSPREIDING:

In fase 1 het die nood ons almal met 'n groot golf getref. Die staat van inperking het vrese opgejaag en mense kon nie hul werk voortsit nie. Ons het baie skenkings en donasies ontvang, waarvoor ons baie dankbaar is. Solidariteit Helpende Hand het vinnig ingespring om kapasiteit te verhoog en strukture in plek te stel om massaverspreiding van kospakkies te laat geskied.

## FASE 2 VAN VOEDSELVERSPREIDING:

Ons beweeg tans in hierdie fase in. Fase 2 gaan vir 'n lang tydperk duur en dus moet daar genoegsame voorsiening vir hierdie fase gemaak word. Ons voorsien dat die kenmerke van hierdie fase groter nood, op finansiële-, emosionele- en geestelike vlak gaan bring, asook 'n verhoogde verspreiding van die Covid-19- virus.

In hierdie fase kan mense weer stadigaan begin werk. Die groot uitdaging van hierdie fase is dat mense wat gewoonlik nie vir hulp sou aanklop nie, nou deur afleggings, werksverliese en verminderde salarisse geaffekteer gaan word.

Hierdie tipe hulpverlening is dikwels op 'n ander vlak as ons aanvanklike hulpverlening. 'n Kospakkie is dikwels nie genoegsame hulpverlening vir hierdie gesinne nie, aangesien hulle groot finansiële druk ervaar.

Solidariteit Helpende Hand kan wel vir hierdie gesinne veral op emosionele en geestelike vlak ondersteuning bied. Indien die persoon 'n lid van Solidariteit is, kan daar selfs persoonlike finansiële advies gegee word.

Hulpverlening in hierdie fase moet veral op meriete geskied, aangesien ons nie weet hoe lank hierdie fase gaan duur nie. Daar moet ook, so ver as moontlik, meer op volhoubare projekte gefokus word om armoede te verbreek en dit te voorkom. Solidariteit Helpende Hand se missie en visie van volhoubare gemeenskapsontwikkeling moet hier weer sterk aandag geniet.

Indien voedsel ontvang, versprei of verdeel word is die volgende aspekte van uiterste belang

- Alle aspekte van gesond werk en higiëniese voorsorgmaatreëls moet ten alle tye getref word (dokumente en riglyne soos deur SHH verskaf). Dit sluit in o.a. maskers, handhawing van sosiale afstand, handskoene as daar met oop voedsel gewerk word en oppervlaktes wat ontsmet is voordat voedsel op tafels geplaas word. Tydens die verspreiding of aflaai van kospakkies by huise moet voldoende voorsorgmaatreëls ook in plek wees en ontvangers moet ook aangemoedig word om die nodige voorsorg te tref.
- Die fisiese veiligheid van alle personeel en vrywilligers.
- Let asb. daarop dat geen foto's op sosiale media gedeel mag word wat mense blootstel nie. Dit sluit foto's van kinders se gesiggies, sistemiese armoede en enige verwysings of name van ons voedselstore in.

## DIE VOLGENDE 5-PUNT HULPVERLENINGSPLAN WORD IN FASE 2 GEVOLG:

<b>1</b> <b>SHH PROJEKTE</b> Kosblikkie Ons Plekke Ander	<b>2</b> <b>SOLIDARITEIT</b> Groepaansoeke en individuele aansoeke	<b>3</b> <b>ANDER ORGANISASIES</b> Tehuse Kerke	<b>4</b> <b>VRYHEIDSFRONT PLUS</b> Per verwysing	<b>5</b> <b>NUWE AANSOEKERS</b> Individue en gesinne (Solidariteit Beweging-lede kry voorkeur)
<ul style="list-style-type: none"><li>• Hoofkantoor en streekiniatiiewe</li><li>• Volgens Projekplanne</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Engela Dibley Solidariteit Beweging Skakeling en Welstand</li><li>• Kyk dokument: Hulpverlening aan groepe</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Maatkaplike werkers en streeksorganiseerders</li><li>• Assesering soos nodig</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lizelle Joubert - koördineerder</li><li>• Kyk dokument</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Maatkaplike werkers en streeksorganiseerders</li><li>• Asseseringsvorm</li></ul>

### Informele nedersettings:

- 'n Informele nedersetting word as een instansie beskou.
- Lys die behoefte van die nedersetting soos wat die versoeke ontvang word.
- Indien groot skenkings van groente en vrugte gemaak word, kan die nedersettings bedien word.

## FASE 3 VAN VOEDSELVERSPREIDING:

In fase 3 sal die impak van die Covid-19- virus afplat. Die virus sal stadiger begin versprei en die meeste mense sou by die nuwe omstandighede aangepas het. Alhoewel die finansiële impak van die virus nog lank sal duur, behoort voedselverspreiding ook redelik af te neem. Kospakkies behoort in hierdie fase in noodgevallen verskaf te word.

Dié fase sal dan weer ten volle op gemeenskapsontwikkeling, opleiding en die in staat stelling van mense fokus, sodat ons volhoubaar kan voortbestaan.



# Die ABC van SHH-hulpverlening in 'n neutedop:

**A**

## **AANVAARDING**

Aanvaar dat ons nie almal kan help nie, maar dat ons dié wat ons wel ondersteun goed sal ondersteun.

**B**

## **BUIGSAAMHEID**

Soms moet 'n mens buigsaam wees. Rigiditeit beperk skeppende denke.

**C**

## **CLICHÉ**

Kliënte gee soms cliché antwoorde om hulp te ontvang. Doen verdere ondersoek, want dan kan jy eers die werklike behoefte aanspreek.

**D**

## **DANKBAAR**

Leef uit dankbaarheid; doen uit dankbaarheid.

**E**

## **EERLIKHEID**

Die kern om ware hulpverlening te kan bied.

**F**

## **FEËTJIE**

Soms voel dit of alles net met 'n towerstaffie gemaklik in plek val, maar ander kere moet ons oor en oor dieselfde ding herhaal, voordat dit gebeur.

**G**

## **GRENSE**

Stel die nodige grense by jou werksplek en vir mense.

**H**

## **HOOP**

In al die wanhoop, streef ons daarna om hoop te skep.

**I**

## **INSIG**

Sonder voldoende insig kan jy nie jou lewe verbeter of verander nie.

**J**

## **JA, EK KAN!**

Ontgin talente en gawes, sodat mense 'n gevoel van: "Ja, ek kan!" beleef.

**K**

## **KEUSES**

Elke keuse het 'n positiewe of negatiewe gevolg, waarmee jy moet saamleef.

**L**

## **LEIDING**

Gee die nodige leiding, maar moenie die persoon afhanklik maak nie.

**M**

## **MENSWAARDIG**

Behandel elke persoon met die nodige menswaardigheid.

**N**

## **NEDERIGHEID**

Wees nederig, want die seëninge kom van die Here af.

**O**

## **ONTMOEDIG**

As dinge swaar raak moenie ontmoedig raak nie. Elke dag bring sy eie geluk en bekommernisse.

**P**

## **POSITIEF**

Soek die positiewe eienskappe in elke mens en sien die positiewe in die alledaagse raak.

**Q**

## **Q'TJIE (KIEKIE)**

Neem foto's van al die mooi in die lewe en stoor dit in jou geheue.

**R**

## **ROEPINGSGETROU**

Bly roepingsgetrou, want ons weet Wie gee die opdrag.

**S**

## **SELFBEHEERSING**

'n Uitdaging in moeilike situasies.

**T**

## **TROP (SKAPE)**

Ons is nie 'n trop skape nie. Ons moet vir ons self bly dink en doen.

**U**

## **UNIEK**

Sien die unieke oplossing van elke probleem raak.

**V**

## **VERANTWOORDELIK**

Tree verantwoordelik op, maar leer ook ander wat verantwoordelikheid is.

**W**

## **WARMTE**

Deur omgee skep ons warmte in harte.

**X**

## **X-STRAAL-VISIE**

Kyk dieper as net die oppervlakte.

**Y**

## **YSTER**

Ons is soos yster, gelouter deur vuur. Soms is dit nodig om ons harte te beskerm, want ander se pyn raak ons te diep.

**Z**

## **"ZEST FOR LIFE"**

Om die mooi en die lekker van die lewe met ander te deel.

