

### **Een aantal richtlijnen voor het opvangen van vluchtelingen:**

- Doe het niet alleen
- Wees open en maak 'alles' bespreekbaar, maar kies je woorden wel zorgvuldig (denk aan trauma/oorlog)
- Privacy is wenselijk, even een plekje zelf...
- Wees niet verbaasd dat je gast veelvuldig op zijn/haar telefoon kijkt, want ze volgen uiteraard het nieuws vanuit de Oekraïne op de voet
- Maak duidelijke praktische afspraken (niet te veel in 1 keer, dus begin met eten, sleutel, douchen en slaaptijden)
- Realiseer je dat je gasten boos, vermoeid, teleurgesteld en angstig kunnen zijn. Wees tolerant en geduldig!
- Wees alert op tekenen van stress (veel onrust) en overspannenheid (veelvuldig zuchten en trillen) schakel bij twijfel hulp in....
- Denk goed na over de positie van vluchtelingkinderen (waar mogelijk spelletjes, knuffels, speeltuintje in de buurt bezoeken etc.)
- Schroom niet om je gasten een 'kleine' wederdienst te vragen...helpen bij het eten klaarmaken, opruimen of kleine klusjes rondom huis. Het geeft hen een gevoel dat ze iets terug kunnen doen voor de gastvrijheid.
- Als het echt niet gaat bel met de infolijn van Hulp Oekraïne (06-59828001)
- Uiteraard is een warm hart en een biddende houding het meest noodzakelijke. Vraag familie en vrienden om ook zo achter je inzet te gaan staan!
- Let op: niet alle vluchtelingen zijn ook per definitie gelovig, dring niets op en laat hen vrij, al mag je natuurlijk altijd laten zien waar Hulp en Troost vandaan komt!

Team Hulp Oekraïne