

INSPIRATION

**DRC** DANSK  
FLYGTNINGE  
HJÆLP

Integration

# Netværkspersoner

Hjælp flygtninge ind i det danske samfund



## **Netværkspersoner**

Udgivet af: DRC Dansk Flygtningehjælp

Ansvarshavende redaktør: Lone Tinor-Centi, Chef for Frivillig,  
DRC Integration

DRC Dansk Flygtningehjælp  
Borgergade 10, 3. sal  
1300 København K  
Telefon: 33 73 50 00

Udgivelsen er gratis og kan hentes på [frivillig.drc.ngo](http://frivillig.drc.ngo)

© 2022 Alle rettigheder forbeholdes. Mekanisk, fotografisk,  
elektronisk eller anden gengivelse af dette hæfte eller dele  
heraf er tilladt med gengivelse af kilde

Layout: torsdag.graphics  
Foto: Norddahl & Co  
November 2022



# Netværkspersoner hjælper flygtninge ind i det danske samfund

Flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund kan have stor glæde af kontakt med en frivillig netværksperson, der støtter dem i at blive en del af det danske samfund. Frivillige netværkspersoner kan f.eks. hjælpe målgruppen med at lære dansk, skabe netværk og kommunikere i det digitale Danmark.

## Den gode nabo

Som frivillig netværksperson fungerer du som den ”gode nabo”, der møder flygtningene og personer med etnisk minoritetsbaggrund venligt og stiller sin viden og praktiske hjælp til rådighed. Det er kommunens ansvar at sikre en række vigtige foranstaltninger, f.eks. at finde en bolig, tilmelde de voksne til sprogundervisning og finde institutionsplads til børnene. Men selv når de forhold er i orden, kan man stadig sidde tilbage med spørgsmål af både praktisk og samfundsmæssig karakter, som du kan hjælpe med at give svar på.

## Sådan bliver du frivillig netværksperson

Du kan tilmelde dig som frivillig netværksperson på vores hjemmeside [frivillig.drc.ngo/blivfrivillig](http://frivillig.drc.ngo/blivfrivillig). Herefter vil du blive kontaktet af en lokal koordinator eller en regionskonsulent, som i en samtale vil afklare, hvordan du ønsker at involvere dig og hvor meget. Jo mere præcist du giver udtryk for dine ønsker i denne samtale, des lettere er det for os at matche

dig med den rigtige person. Inden du bliver matchet med en flygtning eller person med etnisk minoritetsbaggrund, underskriver du en frivilligaftale, som definerer rammerne for den frivillige indsats, blandt andet en række etiske retningslinjer, tavshedspligt og underretningspligt.

## Støtte, inspiration og supervision

Som frivillig netværksperson kan du altid kontakte din lokale koordinator eller din regionskonsulent, hvis der opstår problemer, som du har brug for hjælp til at løse. DRC Dansk Flygtningehjælp har fagpersoner på både asyl- og integrationsområdet, som regionskonsulenten kan henvise dig videre til. Som frivillig vil du løbende modtage information fra DRC Dansk Flygtningehjælp, og du har mulighed for at deltage i kurser og arrangementer for frivillige, som annonceres på vores hjemmeside og i vores nyhedsmails. Nogle frivillige oplever, at deres humør og daglige trivsel udfordres af de problemstillinger, de får kendskab til i samvær med flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund. I det tilfælde har du mulighed for at få supervision af en uddannet psykoterapeut med praksiserfaring fra det frivillige område.

## Hvis det ikke fungerer

Hvis du oplever, at det ikke fungerer mellem dig og den familie, du er blevet matchet med, skal du kontakte din regionskonsulent eller den lokale koordinator, der koordinerer netværkspersoner.

# Om flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund

## Flygtninge

De fleste personer, der får tilbudt en frivillig netværksperson, er flygtninge, der lige er kommet til Danmark. Hvem de er, hvor de kommer fra, og hvad de flygter fra, ændrer sig løbende. Det kan være en god idé at orientere sig om flygtningenes hjemland, både om den konflikt, de er flygtet fra, men også mere generelt om landet, dets historie, geografi og kulturelle forhold. Det gør det lettere at tale med flygtningene. Du kan f.eks. bruge Wikipedia. Hold også øje med DRC Dansk Flygtningehjælps kursusudbud på [frivillig.drc.ngo/kurser](http://frivillig.drc.ngo/kurser). Vi afholder ind imellem temaarrangementer om flygtninges hjemlande.

## Spontane flygtninge og FN-flygtninge

Der er forskel på, hvordan flygtninge kommer til Danmark. Nogle kommer herop på egen hånd. De kaldes i fagsproget "spontane flygtninge" og har opholdt sig i et asylcenter i kortere eller længere tid, inden de kommer ud i en kommune. De spontane flygtninge har som regel fået lidt kendskab til Danmark og det danske sprog, mens de opholdt sig i asylcentret.

Anderledes er det med "FN-flygtninge", som også kaldes kvoteflygtninge. FN-flygtninge bliver udvalgt af de danske myndigheder ude i verden og rejser direkte derfra ud i den kommune, hvor Udlændingestyrelsen placerer dem. FN-flygtninge har typisk ingen erfaringer med det danske samfund og kan i hovedreglen ikke tale dansk.

## Personer med etnisk minoritetsbaggrund

Du kan også blive matchet med personer, som ikke er flygtninge, men som alligevel har brug for støtte til at blive en del af det danske samfund. Det kan f.eks. være indvandrere fra ikke-vestlige lande eller familiesammenførte, som har etnisk minoritetsbaggrund, og som møder nogle af de samme udfordringer i Danmark som flygtninge.



## Om den frivillige indsats

### Hvad skal man hjælpe med?

Behovene hos flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund er forskellige, og der er derfor også forskel på, hvad frivillige netværkspersoner beskæftiger sig med. Hvis du er i kontakt med personer, der lige er kommet til Danmark, vil de som regel have behov for en del hjælp til at kommunikere på digitale platforme med myndigheder, institutioner, bankvæsen etc. Hvis du er i kontakt med FN-flygtninge, er det desuden en god idé at være opmærksom på helt lavpraktiske forhold som f.eks. at de har tøj, der passer til årstiden, at de ved, hvordan de hårde hvidevarer i boligen fungerer. De fleste personer, der lige er kommet til Danmark, vil gerne ud at møde andre i lokalområdet, så hvis der er et frivilligt integrationsnetværk i området, vil det være oplagt at invitere dem med her. Bagerst i hæftet er en liste med ideer til, hvad du kan hjælpe med, og hvad du med fordel kan være særlig opmærksom på.

### Det første møde

Der er stor forskel på, hvordan frivillige første gang møder den eller de personer, de er matchet med. Nogle møder hinanden i det lokale frivillignetværk, andre bliver matchet af en lokal koordinator, og atter andre er med til at tage imod de pågældende personer, når de kommer. Uanset hvordan mødet finder sted, er det vigtigt, at der sker en form for forventningsafstemning, så både du og den person, du er matchet med, er enige om, hvordan og hvor ofte jeres møder





skal foregå.

Hvis du møder den eller de personer, du er matchet med, på egen hånd, er det en god idé, at du bruger mødet til at fortælle om dig selv. Det kan være om dit arbejde, din familie eller dine fritidsinteresser. Tag evt. nogle billeder med. De er gode at snakke ud fra. Hvis du har brug for hjælp til tolkning, kan du bede om hjælp hos DRC's Hverdagstolke, som tilbyder gratis tolkning mellem frivillige og de personer, de støtter.

### **Kontakten i den første tid**

I den første tid skal du regne med at være den, der tager initiativ. Hvis du hjælper personer, der lige er kommet til Danmark, anbefaler vi, at I mødes en gang om ugen. På den måde har du mulighed for at fange eventuelle problemer, inden de vokser sig store. Efter et stykke tid vil de typisk kunne klare flere ting selv. Du fornemmer selv, hvornår der ikke længere er behov for ugentlige møder. Hvis det drejer sig om personer, der har været længere tid i Danmark, så spørg dem, hvor ofte de har behov for, at I mødes. Det er altid lettere at skrue op end ned for omfanget af kontakt, så overvej særligt i den første periode, hvad du signalerer i forhold til, hvor ofte I skal ses.

### **Hvad kan man snakke om?**

Hvis du er matchet med flygtninge, skal du være opmærksom på, at de kan have været udsat for traumatiserende begivenheder, både i hjemlandet og på deres vej til Danmark. Som udgangspunkt er det bedst at undgå at stille spørgsmål til disse oplevelser af hensyn til alle parter. Det kan være svært at håndtere de psykiske reaktioner, som historierne kan fremkalde, hos både dig og flygtningene.

Fokuser hellere på det, I har til fælles: barndomsminder, familien, fremtiden eller dagens nyheder. Som frivillig kan du være med til at skabe et frirum, hvor forskellighederne

glider i baggrunden og de fælles oplevelser er i centrum. Den ligeværdige kontakt i mødet med frivillige er noget af det, flygtninge sætter allermost pris på.

Det kan ske, at en flygtning vælger at betro sig til dig om nogle af de svære oplevelser, vedkommende har været igennem. Hvis du bliver meget påvirket af beretningerne og gerne vil undgå disse samtaler, har du altid mulighed for venligt at henvise den pågældende flygtning til DRC Dansk Flygtningehjælps Frivilligrådgivninger, som kan rådgive om psykosociale forhold. Du kan finde adresserne på [frivillig.drc.ngo/frivilligraadgivning](http://frivillig.drc.ngo/frivilligraadgivning). Det vigtigste er, at du ikke efterlader den pågældende alene.

### **Hvor tæt skal kontakten være?**

Mange frivillige oplever en stor glæde ved de tætte, nærmest familiære bånd, som opstår mellem dem og den eller de personer, de hjælper. Men det er ikke et krav, at du etablerer en tæt venskabsrelation. Behov og forventninger er forskellige hos begge parter, så det handler om at finde en omgangsform og et niveau for samværet, som passer alle. Det kan du få hjælp til af den lokale koordinator. Jo mere præcist, du definerer dine forventninger til samværet, når vi interviewer dig, des større er sandsynligheden for, at forventningerne hos dig og den eller de personer, du bliver matchet med, stemmer overens.

### **Posttraumatisk stress syndrom**

Man regner med, at cirka 30 procent af de flygtninge, der opholder sig i Danmark, lider af PTSD, posttraumatisk stress syndrom, som følge af de voldsomme begivenheder, de har været udsat for. Frivillige kan være en vigtig støtte for personer med traumer, men skal naturligvis ikke fungere som behandlere. Hvis du har indtryk af, at et eller flere familie-medlemmer lider af PTSD, kan du spørge til familiens tilstand og evt. råde dem til at opsøge lægen eller en af DRC Dansk

Flygtningehjælps Frivilligrådgivninger, som også rådgiver om psykosociale forhold. Hvis du er tvivl om, hvordan du skal reagere, kan du altid kontakte din regionskonsulent.

### **Sæt målgruppens ressourcer i spil**

Når den eller de personer, du er matchet med, har fundet sig til rette i hjemmet, kan du evt. motivere dem til at involvere sig frivilligt, enten sammen med dig eller i en anden organisation. Det kan være, at de kan tage med ud og tolke hos andre udlændinge i byen, hjælpe til i lokale naturplejeprojekter eller andre initiativer. Frivilligt engagement er et godt udgangspunkt for at møde nye mennesker og for at sætte ressourcer i spil.

### **Henvi til de rette fagpersoner**

Som frivillig kan du få indgående kendskab til mange problemstillinger i en familie. Det er vigtigt, at du holder dig din rolle for øje og ikke begynder at "fikse" ting, som kræver en fagprofessionel indsats. Drejer det sig om juridiske spørgsmål, kan du altid henvise til DRC Dansk Flygtningehjælps Frivilligrådgivninger. I nogle tilfælde kan du søge hjælp hos kommunen eller i andre organisationer.





# Tips og tricks

## Tjek viden og forståelse

Hvis du er matchet med flygtninge, vil kommunens sagsbehandler de første dage informere flygtningene om en række forhold, som de måske ikke kender på forhånd. Selvom sagsbehandleren bruger tolk, er det langt fra sikkert, at flygtningene har forstået – eller husker – det hele. Der er mange informationer omkring hverdagen og boligen, som kan være relevante at tjekke forståelsen af, f.eks.:

- Forstår de begrebet à conto varme?
- Forstår de huslejekontrakten?
- Ved de, hvordan hårde hvidevarer i boligen skal betjenes?
- Kender de forskel på rengøringsmidler?
- Ved de, hvordan affaldet skal sorteres?
- Ved de, hvordan MitID og Aula fungerer? Eller skal de ansøge om fritagelse fra digital kommunikation?

## Hvad kan man hjælpe med?

Spørg familien om, hvad de kunne tænke sig at få hjælp til. Her er nogle forslag, som du kan lade dig inspirere af:

- Lektiehjælp til både store og små i familien
- Samtaletræning, evt. ud fra billeder eller et brætspil
- Cykelundervisning, se evt. hvordan på Dansk Cyklistforbunds hjemmeside
- Hjælpe børnene en tur på legepladsen og i gang med fritidsaktiviteter
- Hverdagsrådgivning (hjælp til at forstå breve fra myndigheder og institutioner, betale regninger m.m.)

- Bisidning ved møde med myndigheder
- Skabe kontakt til andre flygtninge og frivillige i området
- Jobsøgning
- Vise, hvor der er genbrugsforretninger og loppemarkeder og evt. hjælpe med at transportere ting og møbler.

## Hvad kan man lave sammen?

Det er en god idé at foretage sig noget sammen, som bryder de daglige rutiner. Det kan f.eks. være at:

- Invitere til højtidsfest. Det giver flygtningene og personer med etnisk minoritetsbaggrund adgang til netværk, og de lærer danske traditioner at kende. Opfordr også den eller dem, du hjælper, til at arrangere en fest, så de får lejlighed til at vise deres traditioner frem
- Tage på udflugter sammen. Det giver adspredelse i hverdagen, ikke mindst for børn. Tag til havet, søen i parken, på biblioteket eller i skoven
- Lave mad sammen. I skiftes til at være ”chefkok” og prøve hinandens mad
- Ansøge kommunen om en kolonihave til frivilligruppen. Her kan den eller de personer, du hjælper, dyrke afgrøder, og haven kan være udgangspunkt for socialt samvær på tværs af aldre og nationaliteter.
- Arrangere minisommerferie. Mange frivilligrupper får bevilget tilskud fra kommunen eller fra fonde.

## Den regionale konsulent

DRC Dansk Flygtningehjælp har regionskonsulenter rundt om i Danmark, som hjælper frivillige med at løse problemer og finde svar på spørgsmål. Alle frivillige kan kontakte den regionale konsulent med spørgsmål om den frivillige indsats. Du finder kontaktinformation på [frivillig.drc.ngo](http://frivillig.drc.ngo).

## DRC Bisidderkorps

Flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund, som skal til samtale hos kommunen, i Udlændingestyrelsen, Familieretshuset, Sundhedsvæsenet m.m. har mulighed for at få en frivillig bisidder med til samtalen. Du kan læse mere om DRC's tilbud om bisidning på [frivillig.drc.ngo/bisidder](http://frivillig.drc.ngo/bisidder).

## Hverdagstolke

Hverdagstolke er flersprogede frivillige, som kan hjælpe andre frivillige i DRC Dansk Flygtningehjælp i deres møde med flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund, som endnu ikke taler dansk. Du kan læse mere om hverdagstolke, og hvordan du bestiller en tolk på [frivillig.drc.ngo/hverdagstolke](http://frivillig.drc.ngo/hverdagstolke).

## De frivillige rådgivninger

DRC Dansk Flygtningehjælp driver frivillige rådgivninger rundt om i Danmark. De yder uvildig og gratis juridisk rådgivning inden for blandt andet integrationsloven, sociale regler og psykosociale forhold. Find adresse og åbningstider på den nærmeste rådgivning på [frivillig.drc.ngo/frivilligraadgivning](http://frivillig.drc.ngo/frivilligraadgivning).

## Dansk Flygtningehjælps Asylrådgivning

DRC Dansk Flygtningehjælps Asylafdeling rådgiver om asyl i Danmark, inddragelse af opholdstilladelser og frivillig reparation. Kontakt DRC Dansk Flygtningehjælps Asylafdeling på 33 73 50 00 eller [advice@drc.ngo](mailto:advice@drc.ngo).

## Supervision af frivillige

Hvis du oplever udfordringer i den frivillige indsats, som gør det svært at opretholde en god trivsel i hverdagen, har du mulighed for at få supervision. I det tilfælde skal du kontakte din regionale konsulent på [frivillig.drc.ngo](http://frivillig.drc.ngo) for at blive henvist videre.

## Integration

DRC Dansk Flygtningehjælp blev grundlagt i 1956. Vi er en af de få NGO'er, som har speciale i at hjælpe fordrevne og mennesker på flugt. Vi er samtidig Danmarks største og en af verdens førende NGO'er.

Vi er til stede i 40 lande verden over. Her arbejder vi hver eneste dag for at beskytte flygtninge og fordrevne. DRC Dansk Flygtningehjælp støtter flygtninge og internt fordrevne hele vejen. Både under krisen, i eksil, under bosættelse, med integration i et nyt land og fortsat efter hjemkomst.

Vi yder akut nødhjælp og beskyttelse, der redder liv. Vi støtter flygtninge og internt fordrevne, så de kan klare sig selv og blive inkluderet i de lokale samfund. Her arbejder vi tæt sammen med både civile, foreninger, myndigheder og andre NGO'er. Målet er at fremme og sikre rettigheder og fredelig sameksistens.

Som frivillig i DRC Dansk Flygtningehjælp underskriver du en frivilligaftale ([frivillig.drc.ngo/frivilligaftalen](http://frivillig.drc.ngo/frivilligaftalen)) og bliver en del af et landsdækkende netværk, der støtter flygtninge og personer med etnisk minoritetsbaggrund i Danmark med at få en god start i lokalområdet. Det gør underværker at få hjælp til at tale bedre dansk, skabe et socialt netværk og med at finde job og uddannelse.

Du kan altid kontakte din regionskonsulent, hvis du oplever situationer eller udfordringer, som du er i tvivl om, hvordan du skal håndtere. Find adresse på [frivillig.drc.ngo](http://frivillig.drc.ngo), hvor du også kan læse mere om den frivillige integrationsindsats og de mange tilbud og materialer, vi har lagt ud som inspiration.

Som frivillig har du mulighed for at deltage i kurser, som bliver udbudt på vores hjemmeside, og du vil hver 14. dag modtage en nyhedsmail.

