

#Juluppringning

Tips för att delta



Tips för att delta i utmaningen #Juluppringning

- ❖ Frivilliga i avdelningen: Ring upp dem som ni är med och ger stöd, t.ex. klienter inom vänverksamheten eller äldre medlemmar.
- ❖ Delta själva och uppmuntra era bekanta att delta i utmaningen #Juluppringning:
 - Genom att ringa en person som kan tänkas önska att någon tar kontakt.
 - Genom att ringa till exempel ett samtal per dag.
 - Genom att låta det goda gå vidare och också utmana de personer som du ringde upp.
 - TIPS: Man kan låta bli att visa sitt eget telefonnummer genom att lägga #31# framför det nummer man håller på att ringa (t.ex. #31#0400123456).

Information och marknadsföring

- ❖ Gör reklam för uppringningsutmaningen för nuvarande och nya frivilliga
 - Många saknar något att göra just nu och den här utmaningen är ett bra sätt att delta.
 - Uppmuntra nya människor att vara med. Det här kan göra någon intresserad av att engagera sig i avdelningens verksamhet.
- ❖ Gör reklam för utmaningen via sociala medier och tipsa lokaltidningen. Utmana alla att vara med.
 - Utnyttja de bilder som finns att dela i RedNet och Materialbanken.

Bakgrund till utmaningen #Juluppringning

I år firar vi jul i exceptionella omständigheter. Många är ensamma, även sådana som förr har haft sällskap. Därför vill vi utmana FRK:s frivilliga och alla medborgare att delta i en utmaning som ger sällskap under julhelgen.

Lättsamma tips för #Juluppringning:

1. Gräv fram en gammal telefonbok och ring några människor du inte har haft kontakt med på länge.
2. Plocka fram vart tionde nummer i din telefon och ring upp dem.
3. Utmana dig själv och ring upp även någon som inte är så lätt att tala med.

Julen är en ensam tid för många, i synnerhet i år.

#Juluppringning är ett trevligt sätt att ge av sin tid till dem som firar sin jul ensamma, personer som får stöd av frivilligverksamheten och vilka bekanta som helst.

Röda Korset arbetar för att motverka ensamhet och vill uppmuntra alla människor att vara med.