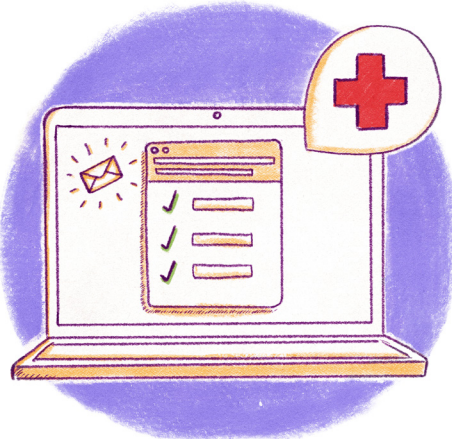


# Hur fungerar vänverksamheten på nätet



1. Lämna en elektronisk vänförfrågan på [www.rodakorset.fi/natvan](http://www.rodakorset.fi/natvan)

Om du berättar så detaljerat som möjligt om dig själv, dina intressen och din livssituation är det lättare för vänförmedlarna att hitta en passande vän för dig.



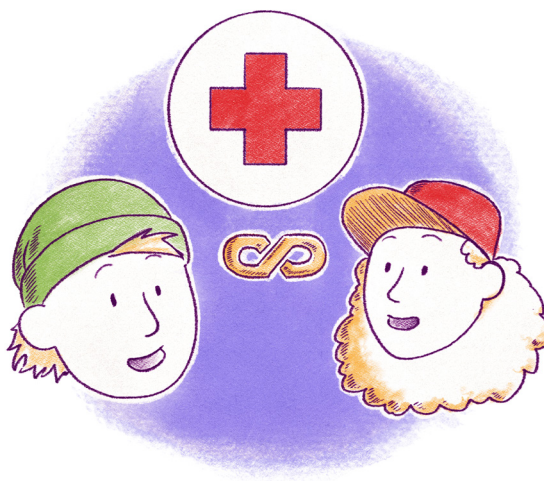
2. Du får reglerna för verksamheten per e-post. Bekanta dig noggrant med reglerna. Meddela att du har läst och förstått reglerna genom att svara på e-postmeddelandet. Samtidigt förbinder du dig att agera i enlighet med dem. Om du trots allt inte vill börja nätvänskapen, vänligen meddela förmedlingen om detta också. Förmedlingens e-postadress är [natvan@rodakorset.fi](mailto:natvan@rodakorset.fi).



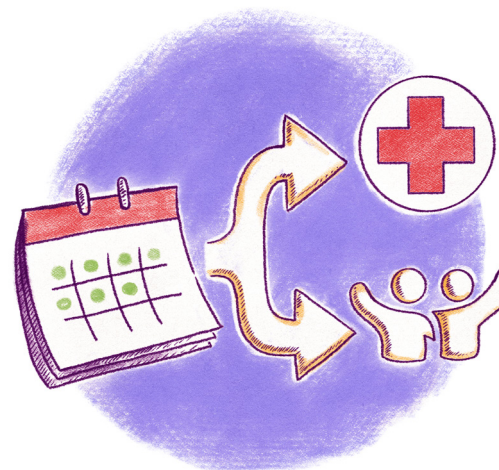
3. Du får ett vänförslag per e-post under de närmaste månaderna. Du kan godkänna förslaget eller vänta på en mer lämplig nätvän.



4. När en lämplig vän hittas vidarebefordras dina kontaktuppgifter till den frivilliga. Du kan använda en anonym e-postadress eller en signatur. Den frivilliga skickar det första meddelandet. Kom överens genast vid den första kontakten om hur ofta ni förväntar er att få meddelanden av varandra.

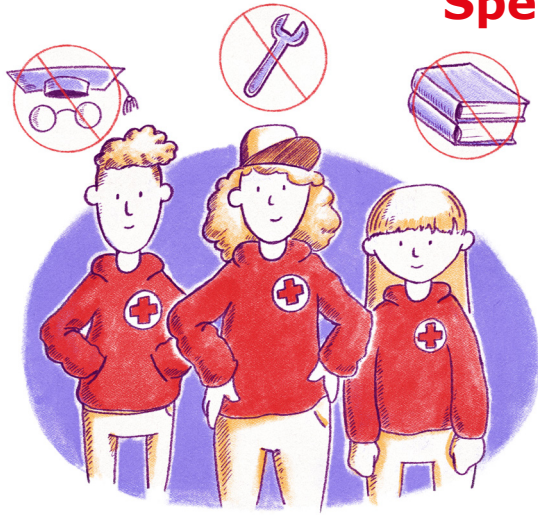


5. Vänparen håller kontakt vid överenskomna tider. Vänförmedlingen deltar inte i kommunikationen. Vi hoppas att ni förbinder er till verksamheten i tre till sex månader.



6. När kontakten har pågått i tre till sex månader kan ni fortsätta nätvänskapen. Om vänskapen fortsätter behöver ni inte meddela om detta till förmedlingen. Om vänskapen upphör ska detta meddelas till förmedlingen. Om du vill kan du få en ny nätvän.

# Spelregler för vänverksamheten på nätet



## Med en vanlig människas färdigheter

Frivillig nätvän är som vilken annan människa som helst med färdigheterna hos en vanlig människa. Frivillig nätvän har inte samma kunskap som professionella hjälpare och kontakten bör inte vara social- eller sjukvårdsbetonad.



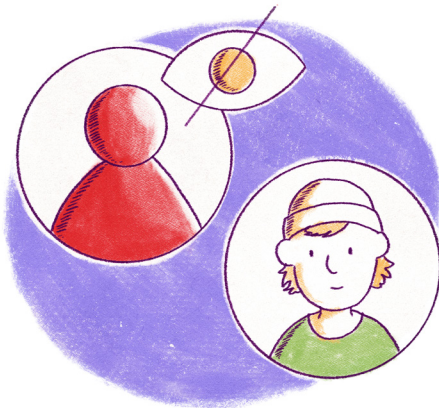
## Utan avlöning och frivillighet

Man bör respektera nätvännens frivillighet. Nätvännen får inte betalt för sin verksamhet och hen arbetar inom ramarna för sina egna resurser och tidtabeller. Vänpar håller kontakt med varandra enligt överenskomna tider till ex. varannan vecka. Det kan hända att den frivilliga inte kan fortsätta som nätvän på grund av t.ex. en förändrad livssituation.



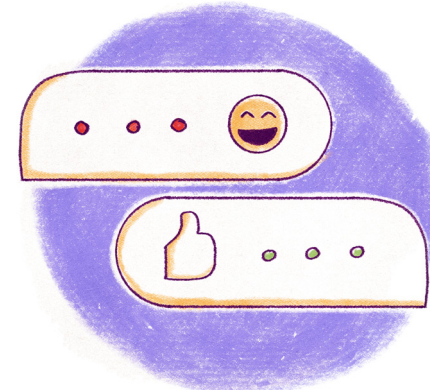
## Förtroende och tillit

I verksamheten med nätvänner är det viktigt att man känner förtroende för varandra och att båda parter respekterar tystnadsplikten. Du får inte berätta vidare vad din nätvän har sagt eller visa era konversationer för utomstående. Den frivillige har dock rätt att diskutera situationer relaterade till nätvänskap med vänförmedlare eller ansvariga medarbetare. Hen har också rätt att tillkalla hjälp om vännen är i allvarlig fara för sin hälsa eller sitt liv.



## Trygghet

För att garantera trygghet hos båda parterna rekommenderar vi att kommunikationen sker anonymt. Du kan antingen skapa en anonym e-postadress eller använda någon anonym chat app. Ge inte ut ditt privata telefonnummer (åtminstone inte i början av vänskapen). Det är ändå möjligt, om man vill, att använda sitt eget namn. Möten som sker ansikte mot ansikte hör inte till vänverksamheten. Om du stöter på ett beteende som är osakligt, har du rätt att ta kontakt med vänförmedlingen för att reda ut saken.



## Jämnt och respektfullt möte

Nätvänskap är som vilken annan vänskap som helst. För att fungera behövs kontinuitet, ömsesidighet och respekt. Håll fast vid det ni har kommit överens om och ta genast upp med din vän om det finns något som stör dig/något du stör dig på.