

Vores værdier

Vores tre værdier er afgørende for, hvordan vi er frivillige:

- **Rummelighed**

Som pårørende har man ikke altid overskud, og det er der altid forståelse for i Bedre Psykiatri. Vi er rummelige overfor den enkelte og ser mangfoldighed som en styrke.

- **Ansvarlighed**

Vi opfører os ansvarligt overfor hinanden, overfor pårørende og overfor eksterne parter. Vi gør, som vi har aftalt, og hvis ikke vi kan alligevel, giver vi besked i god tid.

- **Tillid**

Vi har tillid til, at vi hver især gør vores bedste, og at vi vil hinanden det bedste.

En frivillig i Bedre Psykiatri

er en person, som arbejder uden løn for at hjælpe pårørende til mennesker med psykisk sygdom og for at sikre bedre hjælp og behandling til dem, der er ramt af sygdom. Som frivillig kan man være tilknyttet en lokalafdeling, regionsafdeling, landsbestyrelsen eller sekretariatet.

En landsdækkende demokratisk forening

Vi er en demokratisk forening, hvor medlemmerne bestemmer. Medlemmerne vælger lokale bestyrelser, som organiserer arbejdet lokalt, og en landsbestyrelse, der sætter foreningens overordnede retning. Den øverste myndighed er Repræsentantskabet, som mødes hvert andet år. Lokalafdelinger og regionsafdelinger er selvstændige foreninger, som har ansvar for deres egen drift og økonomi.

Sådan er opgaverne og ansvaret fordelt i organisationen:

Lokalafdelingerne

Støtter og hjælper pårørende og arbejder for lokale forbedringer. De arrangerer fx: samtalegrupper, foredrag og andre relevante tilbud, repræsenterer foreningen i lokale råd, udvalg og netværk og holder møder med lokalpolitikere.

Regionsafdelingerne

Arbejder for forbedringer i den regionale psykiatri og understøtter samarbejdet mellem lokalafdelingerne. De arrangerer fx møder med regionspolitikere og deltager i regionale råd og udvalg.

Sekretariatet

Understøtter det frivillige arbejde og står for pårørenderådgivning, politisk interessevaretagelse på nationalt plan, videnscenter, kommunikation og foreningsadministration.

Landsbestyrelsen

Sætter den overordnede retning for foreningen. Dens opgave er fx at være arbejdsgiver for generalsekretæren, have ansvar for foreningens økonomi og beslutte politiske mærkesager.

Bedre Psykiatri

FRIVILLIGPOLITIK

Bedre Psykiatri er foreningen for pårørende til mennesker med psykisk sygdom og udviklingsforstyrrelser. Vi giver rådgivning, støtte og hjælp til pårørende, og vi taler deres og de syges sag overfor politikere, fagfolk og myndigheder, og ikke mindst tilbyder vi et fællesskab med andre pårørende.

Det frivillige arbejde er rygraden i Bedre Psykiatri. Dels er det gennem frivillige indsatser, at vi støtter og hjælper pårørende og taler deres sag rundt om i hele landet, dels tror vi på, at det styrker den enkelte at engagere sig i et fællesskab, hvor man hjælper hinanden og arbejder for bedre vilkår for sig selv og andre.

Alle kan være frivillige i Bedre Psykiatri

Alle, der støtter Bedre Psykiatris formål og værdier, kan være frivillige i foreningen. Du kan gøre lidt eller meget, og du kan skrue op og ned for din indsats afhængig af din situation. I Bedre Psykiatri forstår alle, at pårørende har særlige vilkår, og det er vores frivilligarbejde formet efter. Det betyder ikke, at du skal være pårørende for at være frivillig, men det er afgørende, at du forstår pårørendes situation.



Det kan du forvente af Bedre Psykiatri

Vi lægger vægt på, at du som frivillig i Bedre Psykiatri oplever, at din indsats har værdi, og at du føler dig godt klædt på til opgaven.

Du kan forvente:

- At blive taget godt imod og introduceret til foreningen og arbejdet, fx med en velkomstmappe og et intrømøde.
- Hjælp til at finde ud af, hvilke opgaver der matcher det, du kan og vil.
- At blive en del af et stærkt fællesskab, der hjælper pårørende og skaber forandring.
- At blive inviteret til sociale arrangementer.
- Mulighed for indflydelse og lydhørhed overfor dine idéer.
- Gratis deltagelse i kurser, oplæg og møder arrangeret af Bedre Psykiatri.
- Råd og sparring hos erfarne frivillige og sekretariatet.
- Adgang til information, inspiration og værktøjer, fx nyhedsbreve og frivilligportal.
- Godtgørelse af udgifter i forbindelse med dit frivillige arbejde.
- At du og dine persondata bliver passet godt på, og at alle regler og love bliver overholdt.

Vores forventninger til dig

Vi er glade for og stolte af vores fællesskab i Bedre Psykiatri, og det er let at blive en del af det. Der er kun få konkrete forventninger, du skal leve op til.

Vi forventer:

- At du respekterer og arbejder efter Bedre Psykiatri's formål og værdigrundlag.
- At du bidrager til et godt samarbejds-klima, anerkender andres indsats og holdninger og tager godt imod nye frivillige.
- At du siger fra, når du ikke har tid, overskud eller kompetencer til at løse en opgave.
- At du er med til at sikre, at Bedre Psykiatri's indsatser er værdifulde og gør en reel forskel for pårørende, fx ved at deltage i kurser og holde dig orienteret.
- At du er en god ambassadør for Bedre Psykiatri, når du repræsenterer foreningen.
- At du har lyst til at blive medlem af Bedre Psykiatri. Du skal være medlem for at være bestyrelsesmedlem eller repræsentere foreningen, fx i råd, udvalg eller i medierne.
- At du overholder love og regler, fx i forhold til persondata, habilitet, tavshedspligt, underretningspligt og børneattest.
- At du passer godt på de penge, du bliver betroet, og bruger dem fornuftigt i overensstemmelse med foreningens formål.

Man kan være frivillig på mange måder

Din indsats er vigtig og værdsat - uanset om du er formand for en lokalafdeling eller sætter stolene frem til foredraget. Afhængig af, hvor meget ansvar du påtager dig, og hvor meget tid du bruger, kan du være:

- **Bestyrelsesmedlem:** Du har et bredt ansvar og er engageret over en længere periode. Du kan være valgt som bestyrelsesmedlem i en lokalafdeling, i en regionalafdeling eller i landsbestyrelsen. Sammen med resten af bestyrelsen sætter du retningen og bestemmer, hvad der skal prioriteres.
- **Tovholder/koordinator:** Du tager ansvar for en konkret aktivitet eller en gruppe af frivillige i en kortere eller længere periode. Du kan være organiseret lokalt, regionalt eller i et konkret projekt, men du er ikke nødvendigvis valgt til bestyrelsen.
- **Aktivitetsfrivillig:** Du hjælper med at gennemføre konkrete aktiviteter. Du ikke er valgt til bestyrelsen og har ikke samme ansvar og indflydelse, men du indgår i det løbende arbejde.

Derudover kan der være mere løst tilknyttede hjælpere eller samarbejdspartnere, som ikke er en del af det frivillige fællesskab, men blot hjælper med noget helt konkret en enkelt gang.