



# Kontinuität im Helferkreis



- Regelmäßiger Austausch
- Erlebnisse, Eindrücke und Ideen erzählen
- Gegenseitige Wertschätzung
- Klare Definition von Aufgaben und Strukturen
- Keinen Druck! Jeder kann so viel Zeit investieren wie er/sie will.
- Offenheit: Man darf Probleme Ansprechen und persönliche Grenzen setzen
- Konflikte ansprechen und gemeinsam nach Lösungen suchen
- Trotz der Freude am Engagement, kann es für das eigene Wohlbefinden wichtig sein, klare Arbeitseinsätze festzulegen und sich bewusst Auszeiten zu nehmen.
- Wichtig: Angebote sollten nicht in den Unterkünften stattfinden
- Bedürfnisse dürfen im Helferkreis und gegenüber den Flüchtlingen geäußert werden.
- Pers. Grenzen: Kann ich mit Abschiebungen,...umgehen,...wie viel Distanz benötige ich?