



## Załącznik nr 4

### ZASADY SŁUŻBY SĄSIEDZKIEJ PHH ZHR

1. Harcerki i harcerze podejmujący służbę przy zakupach dla osób potrzebujących powiadamiają o tym zamiarze właściwego koordynatora wojewódzkiego PHH - kontakt na: <https://www.zhr.pl/sztaby/>
2. Uczestnicy oraz domownicy uczestników muszą być zdrowi i nie mogli mieć bezpośredniej styczności z:
  - osobą chorą na COVID-19 lub przebywającą na kwarantannie,
  - pracownikami służby medycznej zajmującymi się zakażonymi i podejrzanymi o zakażenie wirusem,
  - osobą, która leciała w ostatnich 14 dniach samolotem.
3. Aby zachować procedury należy:
  - upewnić się, czy pomoc jest rzeczywiście niezbędna (np. czy jest kontakt z rodziną),
  - potrzebującym przedstawić telefonicznie reguły PHH i ustalić listę zakupów, wziąć długopis i kartkę,
  - ograniczyć do minimum (np. raz na 3-4 dni) liczbę wyjść na zakupy dla jednej osoby,
  - w miarę możliwości, pomocą objąć osoby potrzebujące w najbliższym sąsiedztwie,
  - przemieszczać się pieszo, własnym rowerem, autem, unikamy transportu zbiorowego i wynajmowania.

### PRAKTYCZNE ZALECENIA

#### MASECZKI

Obecnie, kiedy Polska stała się krajem lokalnej transmisji, rekomendowane jest podczas służby w miejscach publicznych (wyjście z domu) noszenie maseczek ze względu na to, że np. wolontariusz nie mający objawów może być nosicielem wirusa. Dodatkowo maseczka zabezpiecza przed przypadkowymi dotknięciami twarzy. Nie wolno dotykać maski rękoma podczas jej noszenia. Bawełniane maseczki warto mieć dwie, na zmianę (jedna w użyciu, druga w praniu).

Po każdym użyciu maseczkę należy:

- zdjąć, trzymając z tyłu za troczki,
- prawidłowo umyć ręce wodą z mydłem,
- wyprać maskę w ciepłej wodzie,
- wyprasować gorącym żelazkiem z obu stron.

#### ZAKUPY

##### 1. Zakupy:

- przed wyjściem z domu założyć maskę ochronną
- w miarę możliwości robić zakupy w mniejszych sklepach,
- przed założeniem rękawiczek należy umyć lub zdezynfekować ręce,
- nałożyć rękawiczki jednorazowe przed wejściem do sklepu i wzięciem koszyka/wózka sprzed sklepu,
- nie dotykać ręką w rękawiczkach twarzy i przedmiotów osobistych np. telefonu,
- zakupy pakujemy do torby jednorazowej (nieużywanej wcześniej),
- za zakupy płacimy kartą płatniczą lub za pomocą telefonu w formie zbliżeniowej, najlepiej bez potrzeby podawania nr PIN na terminalu (czyli do 100 zł) – w razie potrzeby można podzielić na 2 części,
- rękawiczki zdejmujemy w bezpieczny sposób: <https://www.youtube.com/watch?v=Mc7MylSscoc>. wyrzucamy, a ręce myjemy przez 30 sek.

##### 2. Przed dostarczaniem zakupów należy telefonicznie z osobą potrzebującą ustalić, że:

- zadzwonimy bezpośrednio przed ich dostarczeniem;
- torbę z zakupami pozostawimy przed drzwiami, zadzwonimy i niezwłocznie się oddalimy,
- ma wyłożyć zakupy z torby, torbę wyrzucić,
- po tych czynnościach osoba potrzebująca musi DOKŁADNIE umyć ręce.



### 3. Rozliczenie zakupów:

- zalecane jest finansowanie zakupów przez instytucje np. MOPS, MOPR itd., rodzinę potrzebującego lub za pomocą przelewu bankowego,
- w przypadku rozliczeń gotówkowych zachowujemy szczególne bezpieczeństwo swoje i potrzebujących:
  - w rękawiczkach jednorazowych odbieramy gotówkę w kopercie lub papierze, z wycieraczki przed drzwiami (należy skoordynować telefonicznie) – operacja nie może zakładać wydawania reszty (gdyż ta ze względów bezpieczeństwa powinna odbyć kwarantannę) – należy umawiać się na zakupy w określonej kwocie, jaką posiada w domu osoba potrzebująca
  - jeśli jest możliwość to gotówkę zachowujemy (trzymając kopertę za róg wkładamy ją w rękawiczkach do woreczka strunowego i zostawiamy na kwarantannę), a płacimy swoją kartą, jeśli takiej możliwości nie ma, podajemy w rękawiczkach kopertę w kasie i prosimy o włożenie tam reszty
  - po każdym zakupach wysyłamy sms z aktualnie posiadaną kwotą na zakupy, kosztem zakupów i ewentualnie kwotą, która zostaje na kolejne zakupy (reszta) – jeśli nie ma możliwości sms to do zakupów wrzucamy kartkę z rozliczeniem.

### WYPROWADZANIE PSÓW I INNYCH ZWIERZĄT (służba dla seniorów lub personelu medycznego)

Aby przeprowadzić bezkontaktowe wyprowadzanie:

- należy telefonicznie skoordynować czas odbioru psa (innego zwierzęcia),
- pies (inne zwierzę) na smyczy czeka tuż przed przyjściem wolontariusza przywiązany do klatki schodowej, należy mieć założone rękawiczki, spryskać smycz środkiem dezynfekującym,
- należy wyprowadzić psa (inne zwierzę),
- po powrocie należy przywiązać na smyczy w tym samym miejscu, z którego został/o odebrany/e, oddalić się i telefonicznie poinformować o powrocie psa (innego zwierzęcia).

Jeżeli pies (inne zwierzę) czeka na nas sam w domu, można także go wyprowadzić (w rękawiczkach, z zachowaniem dezynfekcji smyczy). Bardzo ważny jest uzgodniony z właścicielem i bezpieczny dostęp do domu/lokalu.

### OPIEKA NAD DZIEĆMI PERSONELU MEDYCZNEGO

Warunki służby:

- służbę mogą pełnić osoby, które nie mieszkają z osobą/ami o podwyższonym ryzyku (seniorem lub przewlekle chorą),
- służba podejmowana jest na okres tygodnia, jeden stały wolontariusz na jeden dom/lokal, po tygodniu możliwa jest zmiana. Zmiany mogą być podyktowane możliwościami organizacyjnymi członków Pogotowia (im mniej zmian, tym bezpieczniej) - jeśli ktoś jest w stanie dwa tygodnie pełnić taką służbę, to jest to niższe ryzyko zakażenia,
- opieka odbywa się na terenie domu rodzinnego danego dziecka (dzieci),
- służbę pełniimy bez rękawiczek i bez maseczek.

### ODWIEDZENIE SENIORA

Jeśli z jakichś względów niezbędne jest wejście do domu seniora (zastąpienie zatrudnionego na stałe opiekuna, rodzina sprawująca dotychczas opiekę trafiła na kwarantannę), ważne jest by:

- pobyt w domu seniora nie przekraczał 15 minut,
- zachować odległość minimum 2 metrów od seniora,
- mieć założone maseczkę i rękawiczki,
- jakiegokolwiek leki, które senior zażywa, a których zakupienie lub znalezienie zleca rodzina/instytucja zlecająca, mieć precyzyjnie określone i potwierdzone na piśmie (mail, zdjęcie, skan), najlepiej wraz z zaleceniem od lekarza (zwłaszcza ważne w przypadku osób z demencją),
- wizytę odbyć jako pierwszą z rana (w świeżo wypranych i założonych ubraniach, z umyętymi wieczorem/rano włosami wraz z całym ciałem) - wtedy ryzyko przeniesienia czegokolwiek z innych pól służby jest niższe.