

Checklista för frivillig

Använd checklistan som stöd för att känna dig trygg i hur du ska agera innan, under och efter uppdraget. Det uppdrag du utför kommer betyda mycket för den person ni handlar åt. Du kommer vara med om fina möten, men det kan också hända att ni träffar personer som har större behov av att prata och kan må dåligt. Se till att ha med er informationsbladet *Kontaktuppgifter för stöd* att kunna dela ut.

Innan uppdraget:

- Är du frisk? För att delta ska du ha varit symtomfri minst 48 timmar innan uppdrag samt hålla dig uppdaterad om Folkhälsomyndighetens rekommendationer.
- Har du fått den introduktion du behöver för uppdraget? Exempelvis gått introduktionskursen *Mat- och medicinleverans* och haft uppstart med lokala koordinatör.
- Har du en frivilligkollega med dig när du ska åka ut?
- Har du telefonnummer inlagda i telefonen till frivilligkollegan och lokala koordinatör?
- Är betalningslösningen tydliggjord för uppdraget så att du inte behöver handskas med mottagarens kontanter eller betalkort?
- Har en leveranstid meddelats den som ska få matkassarna till sig?
- Har du identifierande klädsel med dig, så att det framgår att du är från den organisation som du företräder, exempelvis en väst?
- Har du en lösning för handhygien? Möjlighet att tvätta händerna eller använda handsprit.
- Har du med dig en tydlig uppdragsblankett för att enkelt notera mottagarens inköpslista och för att efter utfört uppdrag kunna rapportera?

Under uppdraget:

- Meddela koordinatör när du går ut på uppdraget.
- Om du ska handla, se till att inköpslistan är tydlig gällande både produkter och antal.
- Tvätta eller sprita händerna innan du handskas med varorna samt innan du överlämnar dem.
- När engångsfullmakt för medicin ska fyllas i, tvätta eller sprita händerna innan överlämning av denna och be personen ni möter göra detsamma.
- Tänk på integriteten hos personerna ni möter.
- Tänk på säkerheten för både dig och den du ska leverera mat och medicin till. Följ de rekommendationer Folkhälsomyndigheten angett.
- Håll avstånd när ni levererar era matkassar, minst en armlängd. Ring på dörren och backa.
- Presentera dig med ditt namn och organisationen du företräder. Glöm inte att under hela uppdragets gång bära identifierande klädsel, exempelvis en väst.
- Personer ni möter kan ha ett behov av att prata. Berätta att det finns stöd för den som känner oro, exempelvis jourhavande präst, och dela ut informationsbladet *Kontaktuppgifter för stöd*.

Efter uppdraget:

- Tänk på att kontakta den lokala koordinatör efter genomförd leverans av matkassar, så att hen kan ”pricka av dig” på listan över aktiva uppdrag. Det är en säkerhetsfråga för dig då koordinatör med samtalet kan följa upp din insats och du samtidigt kan ställa eventuella frågor eller lyfta funderingar.
- Har du gjort reseutlägg under uppdraget? Den lokala koordinatör har rutin för hur du får ersättning för detta.
- Alla incidenter i verksamheten ska rapporteras till lokal koordinatör. Det finns en mall för incidentrapport som hen kan tillhandahålla dig att fylla i.
- Känner du dig osäker på hur du ska agera i någon situation? Hör av dig till din lokala koordinatör!