

CHECKLISTA: OMSTÄLLNING AV VERKSAMHET SOM EN FÖLJD AV COVID-19/ CORONA

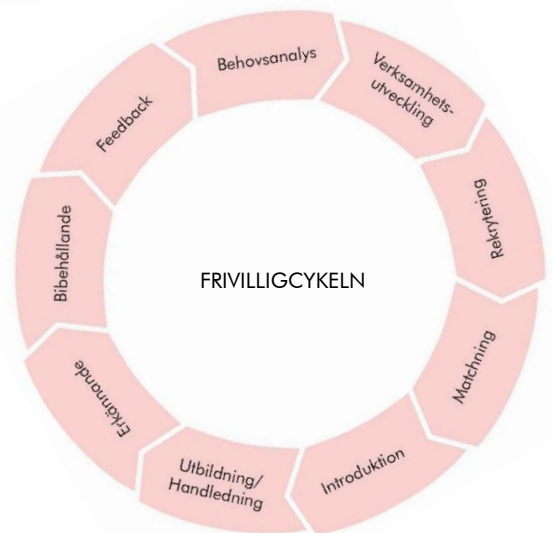
För vissa kretsar är det nu aktuellt att inleda ett omställningsarbete och anpassning för nya insatser och begränsningar i befintlig verksamhet. Här följer tips och råd att ta hänsyn till under processen.

VAD ÄR BEHOVET?

- I vilken omfattning?
- Hur länge behöver verksamheten pågå?
- Vad behöver vi för att möta det?
- Särskilda förutsättningar i material eller kunskap?
- Vilka frivilliga kan vi engagera? Nyrekrytera?

- Introduktion är viktigt!
- Röda Korsets grundprinciper samt uppförandekoden för nya frivilliga.
- Vilket utbildningsbehov finns?

- Finns särskilda begränsningar i uppdraget?
- Hur håller vi kontakt och samlar gruppen? Digitala möten eller fysiska?



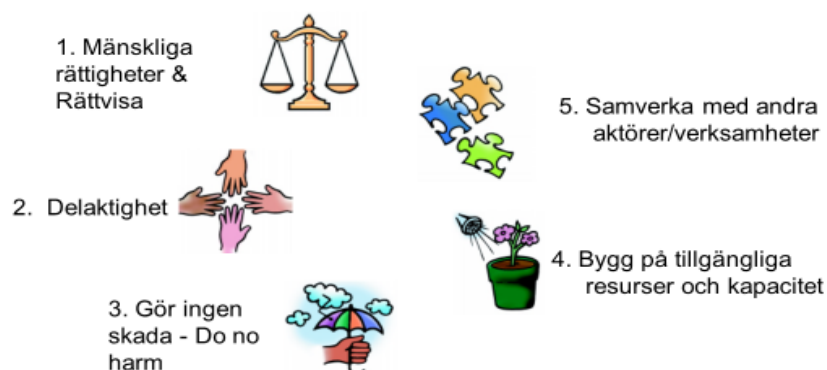
I KRISITUATIONER ÄR DET EXTRA VIKTIGT ATT:

- Ge tydliga uppdrag med vilka förväntningar som finns.
- Hålla regelbundna gruppmöten under insatsen för att checka av och erbjuda stöd till samtliga, samt informera om hur verksamheten fortlöper och eventuella förändringar som kommer att genomföras.
- Prata om stress och dess effekter för att snabbt uppmärksamma om någon får bekymmer.
- Prata om hur en kan ta hand om sig själv under insatsen.

[Psykosocialt stöd till Rödakorsare](#)

[Lokal krisberedskap](#)

GRUNDLÄGGANDE PRINCIPER VID OMSTÄLLNING:



BEGRÄNSNINGAR I BEFINTLIG VERKSAMHET TILL FÖLJD AV COVID- 19

- Kom ihåg att **hålla fortsatt kontakt** med de frivilliga även under pausad verksamhet. Frivilligcykelns sista delar handlar om att visa uppskattning och behålla frivilliga.
- **Ge stöd till de som är i behov av det.** Det kan handla om att hjälpa varandra med praktiska saker om någon sitter isolerad. Ta särskilt hand om orosyttringar. Det som drabbar samhället drabbar även våra frivilliga. Att få ventilerat sin oro med trygga personer kan medföra att känslan av trygghet ökar.
- Många kan uppleva en känsla av att en gör för lite i en kris. Det är alltid viktigt **att ta hand om sig själv i första hand** för att kunna vara ett gott stöd när omständigheterna så tillåter. Engagemanget ska vara hållbart.
- För er vars verksamhet omfattas av myndigheters begränsningar som innebär att verksamheten pausas, kan alternativa aktiviteter vara möjliga beroende på **vilka behov kretsen ser som de kan agera på**. Det kan handla om att upprätthålla kontakter via telefon eller andra insatser som kan ske utan risk för smittspridning.
- Om den pausade verksamheten sker på tex äldreboende eller sjukhus: **håll kontakten med kontaktperson** på plats under tiden verksamheten är pausad. Det underlättar bedömningen om när en kan återgå till ordinarie verksamhet.
- **Att återgå till ordinarie verksamhet:** Håll en träff för alla frivilliga för att planera fortsatt verksamhet. Om verksamheten sker på en plats utanför kretsens lokaler (tex äldreboende eller sjukhus), bjud även in kontaktpersonen till denna träff.

