



RÅD OCH STÖD FÖR ATT STÄLLA OM BESÖK HOS ÄLDRE OCH OFRIVILLIGT ENSAMMA UNDER PÅGÅENDE UTBROTT AV COVID- 19

Har er krets pausat sitt besöks- och kontaktverksamheter på grund av Corona-utbrottet men vill fortsätta erbjuda stöd? Många kretsar undersöker nu möjligheterna att erbjuda stöd via digitala lösningar. Här har vi samlat råd och stöd till er som vill erbjuda digitalt stöd.

ALLMÄNNA RÅD

- Gå på ett schema. Ta bara på dig så många pass som du orkar och kan.
- Respektera Röda Korsets tystnadslöfte. (Se dokumentet Information till frivillig vid allvarlig händelse)
- Visa respekt för den utsatta individen.
- Känner du dig som frivillig oro: Var inte ensam och tala med någon om din oro och dina känslor.
- Lova inte något vi inte kan eller svara på frågor vi inte kan svara på.
- Ta stöd av hur du kan stötta för att minska oro vid en kris på [Svenska Röda Korsets hemsida](#).
- Lägg inga värderingar i individens oro.
- Vår roll är att lyssna. Vi ska hänvisa till fakta och råd från myndigheter. Hänvisa till 1177 vid medicinska frågor eller krisinformation.se

BESÖK VID BOENDE

Den 1 april infördes ett nationellt besöksförbud på landets äldreboenden. Det nationella besöksförbudet upphävdes den 1 oktober. Det innebär att det inte finns något juridiskt hinder för att besöksverksamheten på äldreboenden kan starta igen. Äldreboendet, och den verksamhetsansvarige, är den som bedömer om det är säkert att starta upp verksamheten igen. Folkhälsomyndigheten har också tagit fram ett stödmaterial för att säkerställa säkra besök och materialet går att läsa på [Folkhälsomyndighetens hemsida](#).

Om det inte går att genomföra fysiska besök så kan det fungera att genomföra digitala besök. Se checklista nedan för förslag kring detta.”

- Ta alltid kontakt med personal på boendet och planera i detalj hur det digitala besöket ska gå till.
- Ta reda på vilka behov personalen ser, när en kan genomföra ett digitalt besök, vilka tider som är mest lämpliga (förmiddag/eftermiddag/kväll). Vad kan boendet bistå med som eventuell utrustning för att genomföra det digitala besöket?
- Förslag på aktiviteter som kan fungera bra är quiz & högläsning genom en högtalare till telefon eller dator. Be personalen ställa fram högtalaren vid den tiden som är överenskommen.
- Gör en plan för verksamheten utifrån boendets svar. Tänk på att det räcker väl att genomföra digitala besöket en gång i veckan och den frivilliga kan genomföra det digitala besöket hemifrån.
- Lägg ett schema som täcker en begränsad period.



INDIVIDUELLA BESÖK I HEMMET

- "Individuella besök" går att genomföra per telefon eller via andra digitala plattformar (se nedan).
- Vid första ringningen, fråga om du får ringa igen om en vecka. Detta tar bort känslan att behöva ringa själv för att få stöd, och skapar trygghet i vetskapen att någon ringer igen.

UTANFÖR FÖNSTER- ELLER BALKONGBESÖK

Finns det möjlighet att träffas fysiskt och samtidigt hålla social distansering går det att genomföra "Utanför fönster- eller balkongbesök."

- Gör det en dag det är bra väder, då den frivillige får stå ute under samtalet.
- Se till att hålla ett bra avstånd från varandra, exempel att den som får besöket står på en balkong alternativt bakom ett fönster, minst 3–5 meter men att ni kan se varandra ändå.
- Använd telefonen för att prata med varandra.

FÖR TELEFON- OCH DIGITALA MÖTEN

- Undvik privata konton. Skapa ett en ny användare för digitala mötesplattformar i ditt uppdrag. På så sätt särskiljer du lättare på frivilligtid/privat tid.
 - Om det inte går att undvika privata konton: Kom överens med den som söker stöd om avsedda dagar och klockslag. Detta är viktigt för att avgränsa ditt uppdrag som frivillig.
 - Sitt gärna ostört utan störande bakgrundsljud eller personer som rör sig i bakgrunden.
 - Frivilligledaren matchar ihop de som behöver stöd och frivilligs kontakter och vilket digitalt verktyg som ska användas.
- På den utannonserade tiden loggar den som vill ha stöd och frivillig in på det överenskomna verktyget och startar sin chatt eller videolänkmöte.

EXEMPEL: VERKTYG FÖR DIGITALA MÖTEN

- <https://zoom.us/> (Med fler än tre deltagare i mötet så är tidsbegränsningen 40 min per session.)
- [Google Hangouts gratisversion](#) (max 10 deltagare)
- [Google Hangouts Business](#) (max 25 deltagare)
- [Skype](#) (max 10 deltagare)
- [Messenger](#) (max 50 deltagare)
- FaceTime