

COVID19 Odpowiedź społeczeństwa – Przewodnik dla Grup Społecznych oraz Charytatywnych

Czy jesteście istniejącą grupą społeczną, która chce powiększyć grono swoich wolontariuszy bądź ich zmobilizować do celów pomocy innym w waszej społeczności podczas kryzysu COVID19? Albo chcecie stworzyć nową grupę społeczną w waszym lokalnym regionie, aby wspierać tych, którzy potrzebują asysty ze względu na chorobę lub samoizolację na waszym lokalnym terenie?

Ta ulotka zawiera pewne ważne punkty do rozważenia przed rozpoczęciem działań oraz przydatne linki do źródeł pomocy i wsparcia.

Bezpieczeństwo Wolontariuszy

Najpierw i przede wszystkim, wszyscy chcemy zapewnić, iż wolontariusze poświęcający swój czas dla tych w potrzebie są sami utrzymywani bezpiecznie i zdrowo.

Najważniejszą rzeczą jaką możecie zrobić, aby utrzymywać wolontariuszy bezpiecznie jest zapewnienie, iż podążają oni za zachowaniami zalecanymi przez rząd takimi jak ograniczenie kontaktu z innymi oraz mycie rąk. <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/>.

Wolontariuszami nie powinny być według rządu osoby, które podlegają samoizolacji. Do tych zalicza się osoby po 70 –roku życia oraz te z kompleksowymi schorzeniami, włącznie z:

- Takie, które przeszły transplantację organu oraz biorą leki immunosupresyjne
- Z rakiem, które przechodzą aktywną chemioterapię lub radioterapię
- Z rakiem krwi lub szpiku kostnego, tacy z białaczką na każdym etapie leczenia
- Z ciężkimi przypadkami skorzeń klatki piersiowej takie jak mukowiscydoza lub ciężka astma
- Z ciężką chorobą nerek, która wymaga dializ

Zostało także stwierdzone, iż palacze znajdują się w grupie zwiększonego ryzyka rozwinienia poważnych oddechowych chorób jeśli zarażą się wirusem COVID19. Dlatego też, sugeruje się, aby palacze poważnie rozważyli nie branie udziału w akcjach charytatywnych a z pewnością już nie palili podczas pracy wolontariusza, aby ochronić innych.

Ponadto wolontariuszom, którzy gromadzą zakupy lub inne przedmioty dla osób w samoizolacji doradza się gdzie tylko możliwe pozostawianie przedmiotów na progu raczej niż wchodzenie do domu. To chroni zarówno wolontariuszy jak i osobę, której pomagają.

Jeśli nie masz wyboru i musisz wejść do czyjegoś domu, istnieje kilka rzeczy, które wolontariusze mogą zrobić, aby utrzymać siebie samych oraz osobę izolowaną w bezpieczeństwie.

Stać więcej niż dwa metry od siebie – idealnie w osobnym pomieszczeniu.

- Jeśli możliwe nie dotykać żadnych powierzchni.
- Spędzić jak to tylko możliwe najmniej czasu w domu.
- Myć ręce lub wetrzeć środek do dezynfekcji rąk zaraz po opuszczeniu domu.

Pamiętajcie, wasi wolontariusze powinni zawsze powiedzieć innej osobie gdzie są oraz dokąd się udają. Bądźcie w regularnym kontakcie z wolontariuszami, w celu zapewnienia, iż wszystko jest z nimi dobrze.

Ulotka ta, zarysowuje pewne podstawowe “za i przeciw” dla wolontariuszy na stronie Rady <https://www.warrington.gov.uk/coronavirus-community-support-and-volunteering>.

Na stronie Warrington Voluntary Action's <https://www.warringtonva.org.uk/support-community-groups-during-covid-19>, znajduje się szereg użytecznych informacji na temat pracy z wolontariuszami podczas epidemii COVID19. W skład tego wchodzi poradnik wolontariusza przepisy dotyczące zagrożeń w środowisku pracy oraz linki do szkoleń online.

Środki Ochrony Osobistej

Dużo mówi się w mediach na temat dostępności oraz poprawnego użycia środków ochrony osobistej.

Obecne rządowe wytyczne podkreślają, iż organicznie kontaktów z innymi oraz regularne mycie rąk przez przynajmniej 20 sekund mydłem i ciepłą wodą stanowią najbardziej efektywne rzeczy, które ludzie mogą robić, aby chronić siebie samych oraz innych.

Wytyczne Zdrowia Publicznego w Anglii oświadczają, iż środki ochrony osobistej powinny być tylko używane przy opiece bezpośredniej (**w przeciągu 2 metrów**) osoby, która jest albo możliwym albo potwierdzonym przypadkiem wirusa COVID19 (jedyna definicja możliwego przypadku stanowi nieustanny kaszel oraz gorączka) lub kiedy **opiekując się bezpośrednio** osobami z listy ‘chronionych’ grup.

Lokalni wolontariusze nie powinni dostarczać opieki na takim bliskim poziomie dlatego, dodatkowe środki ochrony osobistej nie są wymagane. Wolontariuszom powinno doradzać się ograniczanie kontaktów z innymi i regularne mycie rąk, w szczególności po dostarczeniu przedmiotów/smyczy dla psa/wymianie pieniędzy i tak dalej. Gdzie możliwe należy dezynfekować przedmioty przed ich oddaniem.

Bezpieczeństwo osób narażonych

Wszyscy narażeni dorośli mają prawo do bycia bezpiecznym, zadowolonym oraz zdrowym oraz zasługują na ochronę przed nadużywaniem. Bezpieczeństwo dorosłych to:

- Funkcja ochrony dorosłych przed nadużyciem lub zaniedbaniem
- Potrzeba ochrony pewnych ludzi, którzy mogą znajdować się narażonych okolicznościach

Jeśli wy lub jakikolwiek z waszych wolontariuszy odczuwa niepokoję, iż ktoś cierpi z powodu nadużycia lub zaniedbania albo jest ekstremalnie narażony i wyizolowany oraz potencjalnie w potrzebie dodatkowego wsparcia, jest ważnym, aby te niepokoję zgłosił do Warrington Borough Council tak, aby została udzielona odpowiednia pomoc. Niepokoję powinny zostać zgłoszone pod nr telefonu 01925 443322.

Nie potrzebujesz zgody osoby, którą kierujesz jeśli wierzysz, że jest ona w potrzebie ochronnego wsparcia.

Rząd dostarczył informacje na temat spraw bezpieczeństwa oraz sprawdzania niekaralności podczas epidemii korona wirusa w poniższych linkach.

<https://www.gov.uk/government/publications/safeguarding-factsheet-community-volunteers-during-covid-19-outbreak/safeguarding-and-dbs-factsheet-faqs>

Użyteczne informacje znajdują się także na stronie Warrington Voluntary Action <https://www.warringtonva.org.uk/support-community-groups-during-covid-19>.

Jest także bardzo dobry film video, który można obejrzeć na YouTube, dostępny na <https://www.youtube.com/watch?v=HHQG8CJROhU&feature=youtu.be>

Większość społeczności wolontariuszy nie będzie miało bezpośredniego kontaktu z ludźmi podczas tego czasu, dlatego nie będą wymagali poświadczenia o niekaralności. Jednakże, ważnym jest sprawdzenie rządowych wytycznych. Jeśli nie jesteście pewni to skontaktujcie się z Warrington Voluntary Action po poradę.

Przekręty

Niestety jesteśmy świadomi, iż mała liczba osób bez skrupułów będzie wykorzystywała obecną sytuację z COVID19, aby wypróbować i przekręcić narażone osoby. Dlatego prosimy, iż jeśli wolontariusze w waszej organizacji mają kontakt z wyizolowanymi oraz narażonymi osobami, byli uczuleni na przekręty oraz jeśli będą mieli jakiegokolwiek niepokoję to zgłosili je do Trading Standards pod nr telefonu 0808 223 1133.

Więcej informacji na temat COVID19-specyficzne przekręty można zobaczyć na https://www.friendsagainstscams.org.uk/article/505/beware_of_covid_19_scams stronie

Organizacja Opłat w celu Pokrycia Kosztów za Zakupy i Recepty

Wolontariusze nie powinni pozwalać tym którym pomagają, aby udzielili im dostępu do kart kredytowych oraz numerów PIN w celu zrobienia zakupów lub innych przedmiotów. Idealnie byłoby, aby podczas robienia zakupów dla innych, wolontariusze zakupowali znaczek zakupowy na uzgodnioną wcześniej sumę, wziąć paragon, który może być podzielony z osobą, której pomagają, która później dokonuje transferu bankowego online.

Supermarkety, banki oraz poczta wychodzą z nowymi sposobami, które pozwolą zaufanym rodzinom oraz przyjaciołom zrobić zakupy lub mieć dostęp do gotówki dla wyizolowanych osób. Na przykład, niektóre supermarkety mają karty typu e-cards albo karty podarunkowe, które można kupić online. Na przykład:

- <https://cards.asda.com/volunteer>
- <https://www.morrisons-corporate.com/media-centre/corporate-news/volunteer-buying-your-groceries-send-them-an-egift-or-gift-card/>

Sprawdź z wyizolowaną osobą, która opcje posiadają – dla każdego z dostępem do Internetu istnieje dużo sposobów zamawiania oraz płacenia za dobra online. Większość ludzi może skontaktować się ze swoim bankiem telefonicznie i dokonać przelewu środków. Niektóre lokalne supermarkety będą miały opcje opłat przez telefon (choć większe supermarkety nie robią tego).

Płacenie gotówką powinno stanowić ostateczność, ale jeśli jest to nieuniknione, obydwie strony powinny podążyć za wytycznymi mycia rąk oraz ich dezynfekowania.

Jednakże, dla tych ludzi, którzy nie mogą skorzystać z tej opcji oraz mają trudności z dostępem do gotówki lub do innych sposobów zapłaty za dobra oraz usługi, proszę im doradzić, aby zadzwonili na infolinie council's Coronavirus helpline pod nr **01925 442441** lub **01925 442443**.

Ochrona danych osobowych: Twoje obowiązki ustanowione prawem

Z racji tego, iż Twoja grupa rozpoczyna wspieranie najbardziej podatnych na zagrożenie członków społeczności, jest wysoce prawdopodobne, że będziesz musiał/musiła mieć do czynienia (oraz, okazjonalnie dzielić się z innymi podmiotami) z danymi osobowymi ludzi, których wsparcie będzie dotyczyć oraz wolontariuszy, z którymi będziesz współpracował/współpracowała.

Prawo w zakresie ochrony danych osobowych jest zbiorem norm i przepisów mających na celu zapewnienie odpowiedniego przechowywania i rozporządzania danymi osobowymi. Istotne jest, aby dane osobowe były zbierane i przechowywane jedynie w takim zakresie, w jakim jest to potrzebne do pełnienia misji i niesienia pomocy. Należy wziąć pod uwagę wpływ, jaki utrata/kradzież/nieuprawnione użycie danych osobowych może wyrzucić na osobach wrażliwych i podatnych na zagrożenie. Zatem należy przedsięwziąć

We are grateful to Karolina Czornik and Monika Kukiela for translating this guide from the original English.

odpowiednie kroki oraz wdrożyć procedury, aby zapobiec nieuprawnionemu użyciu danych osobowych wymienionych powyżej. Należą do nich między innymi: trzymanie danych pod kluczem, zawsze, gdy nie są w użyciu, przekazywanie ich w sposób bezpieczny, zabezpieczanie ich silnym hasłem oraz uaktualnianie elektronicznych zabezpieczeń.

Należy przedsięwziąć odpowiednie kroki mające na celu zapobieganie dzieleniu się danymi osobowymi oraz pozostałymi istotnymi informacjami poprzez media społecznościowe, np. Facebook. Nieuzasadnione udzielanie informacji czyni osoby tak postępujące podatnymi na ataki cyberprzestępców oraz oszustwa internetowe.

Jednakże, w pewnych sytuacjach, brak udzielenia istotnych informacji może przynieść więcej szkody niż pożytku. Jako przykłady można podać przypadek pojawienia się jakichkolwiek obaw odnośnie bezpieczeństwa danej osoby czy też potrzeba powiadomienia miejscowego urzędu o osobie szczególnej troski, przebywającej w izolacji. W tego typu przypadkach należy udzielić wszelkich stosownych informacji uprawnionym do tego instytucjom. Należy pamiętać, iż organizacje takei jak miejscowa rada miasta, lekarz rodzinny oraz inne ustanowione do tego celu instytucje mają obowiązek pomóc i chronić ludzi, a są w stanie wypełniać ten obowiązek tylko wtedy, jeśli posiadają wiedzę odnośnie osób, które tejże pomocy potrzebują.

Artykuł znajdujący się pod linkiem

<https://ico.org.uk/about-the-ico/news-and-events/blog-community-groups-and-covid-19/>

zawiera szybki i łatwy do zrozumienia przegląd kluczowych rzeczy, które należy wziąć pod rozwagę.

Kwestie budowania i podtrzymywania odporności oraz dbałości o zdrowie psychiczne

Należy zadbać o własne zdrowie fizyczne i psychiczne. Wyznacz odpowiadające tobie tempo pracy (to dotyczy także zespołów koordynatorów oraz wolontariuszy, z którymi (możliwe, że) będziesz współpracował. Sytuacja, w której się znalazłeś/znalazłaś, jest całkowicie nowa i może potrwać pewien czas, więc postaraj się znaleźć trochę czasu dla siebie, abyś mógł kontynuować wsparcie dla tych, którzy szczególnie tego potrzebują w nadchodzących miesiącach. Informacje na ten temat są dostępne na stronach: [MIND](#) oraz [Happy OK Sad](#). Na terenie Cheshire i Merseyside (w tym Warrington) ruszyła także nowa akcja "Be Kind to Your Mind" mająca na celu wsparcie ludzi poprzez zapewnienie odpowiedniego zestawu zasobów przeznaczonych do wspierania zdrowia fizycznego i psychicznego. Akcja dostępna jest pod linkiem:

www.kindtoyoumind.org

Oto kluczowe zalecenia w kwestii zdrowia fizycznego i psychicznego:

We are grateful to Karolina Czornik and Monika Kukielka for translating this guide from the original English.

- Pozostawaj w kontakcie z rodziną i przyjaciółmi, zarówno poprzez telefon, jak i media społecznościowe, rozmowy wideo lub nawet staromodne listy. ;)
- Postaraj się zapełnić sobie dawkę ruchu każdego dnia. Ruch jest bardzo dobrym sposobem zwalczania stresu, a zatem idź na spacer na świeżym powietrzu (pamiętaj o utrzymywaniu odległości 2 metrów, gdy mijasz ludzi) , popracuj w ogrodzie, poćwicz jogę, wykonuj ćwiczenia fizyczne według instrukcji, które znajdziesz w sieci, tańcz, gotuj. Po prostu zacznij się ruszać w sposób, który jest dla Ciebie interesujący i przyjemny! To wszystko pomoże Tobie i wolontariuszom utrzymać Cię w dobrym zdrowiu i poprawi Twoją odporność.
- Zadbaj o aktywność umysłową! Możesz to zrobić poprzez czytanie, układanie puzzli, naukę nowych umiejętności, języka, grę w karty lub gry planszowe, robótki ręczne, grę na instrumencie muzycznym. Rób cokolwiek, co wzbudza Twoje zainteresowanie i czemu oddasz się z chęcią! To wszystko pomoże Ci pozostać w dobrej kondycji psychicznej!

Całkiem możliwe, że członkowie Twojej społeczności posiadają szeroki wachlarz ukrytych talentów, którymi mogą się z Tobą podzielić, zachowując oczywiście wymagany społeczny dystans, a więc do dzieła – wykaż się kreatywnością!

Żywność – zagadnienia ogólne oraz and pomoc żywnościowa

Ludziom zaliczanym do grupy szczególnie zagrożonej rząd brytyjski zapewnia paczki z podstawowymi produktami żywnościowymi, bezpośrednio od dostawców żywności. Szczegóły można znaleźć w linku poniżej.

<https://www.gov.uk/coronavirus-extremely-vulnerable>

Oprócz tego istnieje duża liczba organizacji charytatywnych oraz organizacji powołanych, aby zapewnić paczki żywnościowe w obrębie lokalnej społeczności. Poniżej kilka z nich:

- Warrington Borough Council powołał do życia nowy serwis “Safe and Well service”, zapewniający wsparcie oraz pocieszenie ludzi, którzy nie mogą opuszczać domu i jednocześnie nie mają rodziny, znajomych czy też jakiegokolwiek innego wsparcia ze strony ludzi. Serwis ten zapewnia niezbędne artykuły, takie jak żywność oraz leki na receptę. Informacje na temat dostępu do serwisu znajdują się linku poniżej.
<https://www.warrington.gov.uk/help-and-support-vulnerable-people-coronavirus>.
- Warrington Food Bank (Bank Żywności w Warrington) kontynuuje działalność i zapewnia podstawowe artykuły żywnościowe tym, którzy ich najbardziej potrzebują. Szczegóły w linku poniżej:
<https://warrington.foodbank.org.uk/get-help/>
- Istnieją również inne lokalne grupy wsparcia oraz instytucje , o ugruntowanej pozycji, współpracujące z bankami żywności w kwestii

We are grateful to Karolina Czornik and Monika Kukiela for translating this guide from the original English.

dostarczenia żywności do najbardziej potrzebujących. Współpracują one także z innymi instytucjami w kwestii różnorodnej pomocy ludziom wymagającym szczególnej troski przez dłuższy czas. Jedną z nich jest Citizens Advice, które oferuje pomoc w kwestii zasiłków (ang. benefits) czy też pomaga w dostępie do sieci lub telefonu, aby zamówić jedzenie do domu. Informacje w linku poniżej.

<https://www.mylifewarrington.co.uk>

Nowe grupy, zainteresowane świadczeniem podobnych usług prosi się o niezwłoczny kontakt Warrington Voluntary Action, aby mogły być one powiązane z innymi działającymi instytucjami, a co za tym idzie, aby uniknąć zbędnego powielania pracy/podwójnych działań i aby wdrażać całościowe podejście do społeczności jako sieć organizacji.

W przypadku, gdy zostało już uruchomione świadczenie usług i obecnie działa, należy zwrócić uwagę na to, co należy wdrożyć w procesie działania grupy oraz czego należy unikać.

- Należy dopilnować, aby miejsce pracy było regularnie sprzątane, a uniformy/ubrania noszone przez wolontariuszy prane.
- Należy regularnie myć ręce, według instrukcji rządu.
- Należy unikać jakichkolwiek potencjalnych zanieczyszczeń krzyżowych żywności. Najlepszym sposobem, aby uniknąć zanieczyszczenia jest trzymanie różnego rodzaju żywności w opakowaniu. Zaleca się, aby nie podejmować się dostarczania żywności osobom z alergią pokarmową zagrażającą życiu.
- Należy sprawdzać datę przydatności do spożycia (ang. use by) Jeśli product jest przeterminowany, należy go zutylizować.
- Obecnie nie ma żadnych rządowych zaleceń i wytycznych odnośnie poddawania żywności kwarantannie. Jakkolwiek kwarantanna jest istotnie możliwa w przypadku żywności niepodlegającej łatwemu psuciu się (np. puszki, ryż, makaron), tak nie jest praktyczna w przypadku łatwo psującej się żywności (np. sałata, owoce, warzywa, mięso, mleko). A zatem nie zalecamy poddawania żywności kwarantannie.
- Należy próbować zachować zdrową równowagę między różnymi rodzajami żywności w dostarczanych paczkach.
- Nie należy pozwalać pracować z żywnością wolontariuszom, którzy mają problemy pokarmowe (np. biegunka, nudności, wymioty, ból brzucha) lub mają symptomy koronawirusa (Covid-19).

Agencja Food Standards Agency opublikowała ostatnio wytyczne dotyczące kontaktu i przetwarzania żywności dla społeczności pt. "Food Safety for Community Cooking and Food Banks" (link poniżej):

<https://www.food.gov.uk/safety-hygiene/food-safety-for-community-cooking-and-food-banks>

We are grateful to Karolina Czornik and Monika Kukielka for translating this guide from the original English.

Z kolei poniżej można znaleźć użyteczny przewodnik na temat obróbki i obchodzenia się z żywnością dla małych firm:

<https://www.food.gov.uk/business-guidance/safer-food-better-business>

Na koniec warto zapoznać się z przewodnikiem/wytocznymi dla przemysłu żywnościowego w dobie Covid-19 (link poniżej):

<https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-for-food-businesses/guidance-for-food-businesses-on-coronavirus-covid-19>

Fundusze oraz zbiórki pieniędzy

Należy podkreślić, iż **nie powinno się wydawać swoich osobistych, prywatnych pieniędzy na wspieranie ludzi szczególnie zagrożonych/specjalnej** troski, chyba że jest to czynione z pełną świadomością, iż jest to dobrowolny datek (dawany z satysfakcją i taki, na który nas stać) lub też jest poczynione ustalenie, że pomoc pieniężna będzie zwrócona przez osobę wspieraną w przyszłości. Wiele grup i instytucji nie wymaga dodatkowych zbiorów/środków finansowych w takim stopniu jak wsparcia ze strony wolontariuszy w postaci, np. sprawdzenia, jak sobie radzą sąsiedzi, koordynowania lokalnych zakupów żywności czy też odbierania przepisanych leków. Jednakże dla grup, które przedsięwzima działania generujące koszty, możliwe jest uzyskanie wsparcia poprzez organizacje takie jak loteria narodowa (ang. national lottery) czy też Cheshire Community, w zakresie finansowania działań w niwelowaniu społecznych skutków epidemii korona wirusa. Cały czas pojawiają się nowe informacje w tej kwestii, więc zaleca się kontakt z Warrington Voluntary Action, w celu uzyskania porady i wsparcia, pod numerem telefonu 01925 246880 oraz poprzez email info@warringtonva.org.uk

Grupy powinny mieć świadomość tego, że rada (ang. council) nie otrzymała żadnych dodatkowych środków na finansowanie tego przejawu walki z COVID 19, jakim są grupy, a zatem nie będzie w stanie finansować żadnych dodatkowych grup, które nie były wcześniej zarejestrowane i zatwierdzone.

Kluczowe Linki

<https://www.warrington.gov.uk/coronavirus-covid-19-warrington>

<https://www.warringtonva.org.uk/support/current-funding>

<https://www.warrington.gov.uk/coronavirus-community-support-and-volunteering>

<https://www.warringtonva.org.uk/support-community-groups-during-covid-19>