



נספח א' - צ'ק ליסט למתנדב/ת: עשה ואל תעשה בתקופה זו

מתנדבים/ות יקרים,

תודה על נכונותכם להתנדב בימים מורכבים ומאתגרים אלה!

התפשטות נגיף הקורונה מביאה עמה הנחיות חדשות ושינויים הכרחיים בשגרת החיים. כדי לשמור על החיים – אין לנו ברירה אלא לשנות את שיגרת החיים. להלן מספר הנחיות מחייבות, לקראת, תוך כדי ואחרי ההתנדבות.

במסמך זה הנחיות עדכניות ליום 15 במרץ. יש להתעדכן באופן שוטף באתר משרד הבריאות בהנחיות.

שימו לב כי מתנדבים מתחת לגיל שמונה עשרה, מתנדבים בעלי מחלות רקע ומתנדבים ותיקים יכולים להתנדב מרחוק/טלפונית. מתנדבים שלא מגילאים אלו רשאים להתנדב בתנאים הבאים:

1. בהתנדבויות פרטניות יעשו סביב משימות נחוצות, מיוחדות והכרחיות.
2. שני הצדדים – המוטב והמתנדב חתומים על מסמך המביע הסכמה על כך
3. המתנדב רשום ומבוטח
4. בדקו כי אינכם הייתם בקרבת חולה מאומת ובמידה וחזרתם לאחרונה מחו"ל הקשיבו להוראות בנושא.
5. במידה ואינכם מרגישים טוב, בבקשה אל תקיימו את ההתנדבות פנים מול פנים.
6. הצטיידו בבקבוק אלכוהול, במזון אישי ובבקבוק שתיה אישי

לקראת ההתנדבות:

- השתדלו להמנע משימוש בשירותים ציבוריים במהלך ההתנדבות
- הצטיידו במזון ובקבוק שתייה אישי, על מנת שלא תצטרכו לחלוק כלים/מזון עם אנשים אחרים.
- המנעו מנסיעה בתחבורה ציבורית להתנדבות והקפידו לא לנסוע ברכב פרטי בו יותר משני אנשים.
- וודאו כי הוכשרתם לתפקידכם הנוכחי וכי יש לכם את כל הידע הנדרש על מנת לבצע אותו.

במהלך ההתנדבות:

- הקפידו על היגיינה אישית: רחצו ידיים או חטאו באלכוה'ל בכניסה, תוך כדי וביציאה ממקום
- ההתנדבות. במידת האפשר מומלץ להשתמש בכפפות.
- הקפידו על שמירת מרחק של 2 מטר לפחות ביניכם לבין אנשים אחרים.
- וודאו כי אין יותר מ-10 אנשים בחלל בו אתם פועלים.
- המנעו מלחיצת ידיים או מכל מגע פיזי אחר.
- במידה ואתם מתעטשים או משתעלים, עשו זאת למרפק בלבד.
- באם נתקלתם במוטב שאינו חש בטוב, אנא יידעו את האחראית/ת על כך.
- המנעו עד כמה שניתן ממגע ישיר עם המוטב/ים. ניתן להשאיר חבילות/מזון או כל סיוע אחר מחוץ לדלת המוטב, למשל.

לאחר ההתנדבות:

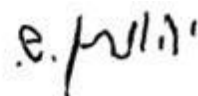
- שתפו את האחראית/ת על סיום הפעילות: איך היה, איך התחושה, מסקנות וכמובן מקרים חריגים שיש לתת עליהם את הדעת
- וודאו כי יש לכם את מי לשתף בתחושותיכם, ועשו זאת. זה במידה ואתם חשים מצוקה או מעוניינים לדבר עם מישהו, אתם יכולים לפנות אל רכז ההתנדבות או אל עמותת סהר- סיוע והקשבה ברשת או ער"ן
- אפשרו לעצמכם לצד השמירה על השגרה מנוחה וצבירת כוחות. קחו על עצמכם רק את כמות המשימות שלהערכתם תוכלו לעמוד בה.
- במידה והנכם חשים ברע מספר ימים לאחר ההתנדבות, יש לעדכן במידי את האחראית/ת על ההתנדבות.
- **יש להמשיך לעקוב אחר ההנחיות ולנהוג בהתאם.**

תודה על הנכונות והעשייה המבורכת,

יעל גלמור

מנהלת היחידה להתנדבות
ומעורבות חברתית

מ.א גולן



יהונתן שוורצמן

מנהל תחום התנדבות, האגף למשאבי קהילה

משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים