DESATERO POMOCI POTŘEBNÝM

1. **Komu pomáhat:** seniorům, lidem s potřebami, kteří nemají možnost si sami zajistit nákup základních potravin, drogerie a léků.
2. **Kdo může pomáhat: jen absolutně zdravý člověk** = bez rýmy, kašle, teploty..., ne cestovatel...
    - Nejbližší rodina: má prvořadou zodpovědnost postarat se o své blízké. Vy nejlépe víte, co vaši prarodiče potřebují a co ne. Vám důvěřují nejvíce. Ať nejsou odkázaní na cizí lidi!
    - Vyškolení dobrovolníci: když je člověk osamělý, nebo když se rodina a známí nemohou postarat. Jejich službu organizují sociální, humanitární a dobročinné organizace nebo církve. Dobrovolník se musí klientovi prokázat pověřením své organizace.
3. **Jen to nejnutnější:** základní potraviny, drogerie a léky. Nekupujte věci, které momentálně nejsou nezbytné. Čím více obchodů, tím větší riziko...
4. **Maximální hygiena a opatrnost:**
    - před službou i po jejím skončení si umýt ruce mýdlem, použít dezinfekci
    - během celé služby stále používat ochrannou roušku
    - nákup v supermarketech, ne na tržnici
    - nákup v rukavicích, do plastových obalů (nyní chráníme lidi, planetu až potom...)
5. **Minimální kontakt:** objednávku převzít a nákup odevzdat **bez vstupu do bytu** a osobního kontaktu, peníze do obálky. Žádné „posezení u kávy" a povzbudivé rozhovory...
6. **Využívejte telefon:** po telefonické dohodě převezměte seznam věcí, které je třeba koupit (v případě osobního kontaktu i s příslušnou sumou peněz)
7. **Neváhejte:** nákup hned přímo z obchodu dopravte a odevzdejte ve dveřích spolu s vrácenými penězi a účetním dokladem v obálce.
8. **Evidujte si službu:** komu, kdy, co jste koupili, nebo jestli byl ten člověk zdravotně v pořádku. Dobrovolníci informace posílají koordinátorovi své organizace, aby bylo jasné, kdo, kdy a komu posloužil a zda byl klient OK.
9. **Nejsme záchranka ani lékaři:** v případě, že senior potřebuje odbornou pomoc, kontaktujte lékaře nebo nemocnici. Nevyšetřujeme, nediagnostikujeme, neradíme...
10. **Minimalizujeme riziko:** i když jste zdraví, nezaručíte, že zdravý byl prodavač, skladník nebo další lidé, se kterými jste po cestě přišli do kontaktu. Pokud neposloužíte vy, přinutíte seniora, aby si zašel nakoupit sám – což je pro něj daleko větší riziko.

Zdroj: ADRA Slovensko