



Vänverksamhetens instruktioner under corona-epidemin

Vill du hålla kontakt med din vän under coronakrisen?

För att minska risken för spridning av corona-viruset bör båda i vänparet följa dessa instruktioner:

Träffa inte din vän ifall...

- du är sjuk eller haft flunssasymptom inom 14 dagar.
- du kommit hem från en resa inom 14 dagar
- du av andra orsaker misstänker att du utsatts för corona-virus (t.ex. familjemedlem insjuknat)

Säkerhet under vänträffar

Under corona-epidemin gäller dessa instruktioner. Säkerhetsinstruktionerna bör följas av alla för att minska risken för spridning. Personer som ingår i SAMS vänverksamhet bör under epidemi-tiden prioritera säkerheten på följande sätt:

- Vänuppdraget kan utföras genom distansträffar per telefon eller data-kontakt
- Vänuppdraget kan utföras som utomhusträffar där ett säkerhetsavstånd hålls. Man får vistas utomhus bara man håller ett avstånd på minst 1–2 meter till varandra och andra människor. Undvik platser med folksamlingar och trängsel.
- Ta inte i hand och undvik annan fysisk kontakt.
- Upprätthåll en god handhygien och hosthygien (se THL:s instruktioner)
- Tvätta händerna ofta och noggrant med vatten och tvål i minst 20 sekunder.
- Använd alkoholbaserat handsköljmedel om du inte kan tvätta händerna.
- Rör inte vid ögonen, näsan eller munnen om du inte alldeles nyss har tvättat händerna.
- Hosta och nys i en pappersnäsduk och släng näsduken genast i soporna. Om du inte har en näsduk till hands ska du hosta eller nysa i armvecket, inte i händerna.

Instruktioner om hur tvätta händer:

https://thl.fi/documents/533976/1481883/THL_SV_ka%CC%88sienpesuohje_A3_TULOSTE+%283%29.pdf/51d37fce-ba1d-7a83-5444-50bd44c06ccb?t=1583334451259

Om läkare har konstaterat att du tillhör en riskgrupp eller du är över 70 år överväg i första hand kontakt via telefon eller dator. En person med funktionsnedsättning ingår INTE automatiskt i virusets riskgrupp, fråga ditt vänpar ifall du är osäker på ifall hen tillhör riskgruppen.

Ifall ni vill läsa om Corona viruset på lättläst svenska finns det här:

<https://www.fduv.fi/sv/start/article-112644-72614-lattlast-om-coronaviruset-covid19>



SAMS - Samarbetförbundet kring funktionshinder rf

HELSINGFORS
Medelhavsgatan 14
00220 Helsingfors

VASA
Rådhusgatan 23
65100 Vasa

www.samsnet.fi
facebook.com/SAMSRf
instagram.com/sams_rf