

Vapepalaisen toimintaohje koronaepidemian aikana

Vapaaehtoisen pelastuspalvelun (Vapepa) auttamistehtävillä huolehditaan vapaaehtoisten ja autettavien turvallisuudesta myös koronaepidemian aikana. **On erityisen tärkeää, että jokainen huolehtii sekä omasta että muiden turvallisuudesta ja virustartuntojen ehkäisemisestä.**

Näin suojaat itseäsi ja muita tartunnalta

- Vapaaehtoistehtäviä ei saa tehdä sairaana. Myöskään riskiryhmään kuuluva ei voi osallistua vapaaehtoistehtäviin.
- Jos sinulla on varmistettu koronavirustauti, noudata terveystieteiden saatuja ohjeita.
- Vältä tarpeettomia kontakteja muihin kuin samassa taloudessa asuviin ja läheisiin ihmisiin.
- Vältä erityisesti lähietäisyydeltä tapahtuvia kontakteja toisiin vapaaehtoihin sekä avustettaviin ihmisiin. Muista yli 2 metrin turvaväli. Pidä välttämättömänkin lähikontaktin kesto alle 15 minuutissa ja käytä suu-nenäsuojainta.
- Noudata hyvää käsi- ja yskimishygieniaa. Pese käsiä vedellä ja saippualla ainakin 20 sekunnin ajan. Käytä kertakäyttöpyyhkeitä käsien kuivaamiseen. Älä käytä yhteisiä pyyhkeitä ja käytä kotonakin henkilökohtaista pyyhettä. Jos käsien peseminen ei ole mahdollista, käytä alkoholi-pitoista käsihuuhdetta (käsidesiä). Yski tai aivasta kertakäyttöiseen nenäliinaan, heitä se roskikiin ja pese kädet. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta hihaan.
- Älä koskettele silmiä, nenää tai suuta käsilläsi.

[Katso Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n ohjeet siitä, miten ikääntynyttä tai muuten riskiryhmään kuuluvaa voi suojata tartunnalta.](#)

Suojavarusteet erilaisissa auttamistehtävissä

Suojavarusteilla tarkoitetaan näitä varusteita

- Kirurginen suu-nenäsuojain tai muu kertakäyttöinen suu-nenäsuojain, kuten FFP2-maski.
- Koko kasvot peittävä visiiri (monikäyttöinen, puhdistetaan valmistajan ohjeen mukaan). Koko kasvot peittävää visiiriä käytetään yhdessä kirurgisen suu-nenäsuojaimen kanssa.
- Kertakäyttöiset suojakäsineet haluttaessa.

[Tutustu suojavarusteiden käyttöohjeeseen.](#) Suojavarusteista on hyötyä vain, jos niitä käytetään oikein. Suojus on puettava ja riisuttava oikealla tekniikalla, vaihdettava usein ja hävitettävä turvallisesti. Parasta suojautumisesta on siksi ensisijaisesti huolehtia hyvästä käsihygieniasta ja turvaetäisyydestä.

[Tutustu THL:n suositukseen kasvomaskien käytöstä.](#)

Ennen tehtävää

- Lataa Koronavilkku-sovellus matkapuhelimeesi.
- Pakkaa mukaan hälytysreppuusi saippuapullo ja käsidesiä, jos sitä sinulla on.
- Ota mukaan henkilökohtaiseen käyttösi riittävästi kertakäyttöisiä suu-nenäsuojaimia.
- Pese kätesi lähtiessäsi tehtävälle.
- **Et voi osallistua Vapepan hälytystehtäviin lainkaan, jos olet sairaana, sinulla on esimerkiksi flunssan oireita.** Voit palata toimintaan kahden täysin oireettoman vuorokauden jälkeen.



Kun ilmoittaudut Vapepan ilmoittautumispisteellä

- Älä kättele tai halaa.
- Pidä kertakäyttöistä suu-nenämaskia aina kun olet muiden kanssa tekemisissä.
- Jätä riittävä etäisyys (yli 2 metriä) muihin ihmisiin.
- Käytä omia kyniä, muistiinpanovälineitä ja muita tarvikkeita koko tehtävän ajan. Älä lainaa niitä muille.

Kun odotat tehtävää tai olet tauolla

- Muista turvaväli yli 2 metriä: älä keräänny tiiviiksi ryhmiksi muiden kanssa.
- Pidä kertakäyttöistä suu-nenämaskia aina kun olet muiden kanssa tekemisissä.
- Pese kädet saippuan kanssa niin usein kuin mahdollista. Jos et voi pestä käsiäsi, käytä käsideksiä.
- Jos paikalla tarjotaan muonitusta, välttääkää jonon syntymistä. Muista turvaväli yli 2 metriä. Ruoka on turvallisinta tarjota valmiiksi pakattuna.
- Älä tule Vapepan johtopaikalle ilman lupaa. Johtopaikalla asioi vain yksi ryhmänjohtaja kerrallaan. Muista turvavälit yli 2 metriä myös johtopaikalla.

Muista nämä asiat koko hälytystehtävän ajan

- Pidä mahdollisuuksien mukaan yli 2 metrin turvaväli muihin.
- Käytä kertakäyttöistä suu-nenäsuojainta aina ollessasi lähellä muita.
- Noudata hyvää käsihygieniää.
- Älä koskettele silmiä, nenää tai suuta käsilläsi.
- Tarvittaessa yski tai aivasta kertakäyttöiseen nenäliinaan. Heitä nenäliina heti roskeen ja pese kädet. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta hihaan.
- **Jos tunnet sairastuvasi kesken tehtävän, lopeta heti ja ilmoita siitä ryhmänjohtajallesi ja Vapepa-sihteerille poistumisestasi.**

Tehtävän jälkeen

- Laita kertakäyttöiset suojavälineet huolellisesti roskeen.
- Pese vaatteesi 60 asteen lämpötilassa.
- Pese kätesi huolellisesti.
- Hae matkakulukorvausta sähköisesti. Kysy tarvittaessa tarkempia ohjeita toimikunnastasi.
- Jos olet sairastunut tehtävän aikana, toimi oman kuntasi ohjeiden mukaisesti ja mene koronatestiin. Tee testi osoitteessa <https://www.omaolo.fi>.

Hätätilanteessa

- Hätätilanteessa tee tarvittavat toimet hätässä olevan auttamiseksi.
- Noudata aina hyvää hygieniää. Käytä kertakäyttöistä suu-nenäsuojainta lähikontaktissa.
- Elvytystilanteessa annetaan paineluelvytystä (ei puhalluksia). Katso ennalta [Punaisen Ristin elvytysohje koronaepidemian aikana](#).

Tutustu lisäksi Punaisen Ristin tuottamiin päivittyviin [turvallisuus- ja hygieniaoheisiin vapaaehtoisille](#). Ohjeita noudatetaan myös Vapepan toiminnassa.