

VIKTIG INFO TIL MANNSKAPER PÅ TESTSTASJONER FOR COVID-19

**Kjære deg.**

Tusen takk for at du som frivillig i Røde Kors stiller opp på denne viktige dugnaden som hele samfunnet nå er i gang med, i hele landet og i hele verden.

Myndighetene har bestemt at alle kommuner må ha en testkapasitet på 5% av innbyggertallet ukentlig. Det tar tid å bygge opp denne kapasiteten, f eks ved at kommunen ansetter flere folk, og i mellomperioden har de bedt om bistand fra Røde Kors, iht en egen beredskapsavtale Røde Kors har inngått med alle kommuner i hele Hordaland.

**Din oppgave:**

Sammen med et team av andre Røde Kors frivillige, og under ledelse av en Røde Kors teamleder, skal vi bistå kommunen med pasientflyten igjennom testsenteret. Det blir den kommunale ledelsen på testsenteret som bestemmer akkurat hvordan frivillige fra Røde Kors skal fokusere sin innsats på den enkelte vakt, men mest vanlig vil være å ta imot publikum som kommer til testing, enten de kommer i bil, på sykkel eller gående, vise dem veien til testpunktet (eller til ventepunktet dersom det er kø), informere og svare på spørsmål fra de som venter, og med smil og oppmuntring bidra til å skape trygghet for de som tenker at dette er krevende for seg.

Vi skal underveis i vårt oppdrag overholde alle generelle regler og råd mht smittevern av oss selv, inkl de råd vi får fra fagpersonellet på teststasjonen. Vi skal holde god avstand til alle som kommer for å teste seg, også når vi snakker med noen direkte. Beskyttelsesutstyret du trenger vil du få utlevert på teststasjonen ved oppdragets start. Da får du også en gjennomgang av alle sikkerhetsrutiner og viktige ting du må tenke på. Er du på noe tidspunkt usikker på noe, nøl ikke med å ta kontakt med den som er Røde Kors teamleder som vil gi deg svar eller spørre videre til helsepersonellet på starten.

**Ikke kom:**

Er du usikker på om du er syk, skal du ikke komme. Og er du usikker, så er de egentlig sikker, bli hjemme og HUSK å melde fra om at du ikke kommer slik at vi kan skaffe erstatningsmannskap. Må du trekke deg fra en vakt, gå inn på KOVA der du meldte deg til vakt og meld deg av igjen. Da blir denne stående tom og andre kan ta den. Samtidig sender du en epost til [thorbjorn.fosse@redcross.no](mailto:thorbjorn.fosse@redcross.no) slik at vi blir oppmerksom på at du ikke kommer og manuelt kan skaffe erstatning ved behov.

**Klær/sko/vest/sekk/mat/drikke:**

Hele vårt oppdrag vil være ute, med unntak av pauser. Vi er i Bergen. Det er høst.

Du må ta på deg klær/sko, og ta med deg klær som gjør at du kan holde deg varm og tørr hele tiden, også om det blir væromslag og om værmeldingen ikke slår til. Ull underst er aldri feil i klima vi har nå.

Mellomlag av ulik tykkelse som du kan skifte mellom når det blir varmere/kaldere er klokt. Vann og vindtett skalltøy ytterst er nødvendig, helst med hette eller annet egnet hodeplagg. Ikke glem lue og hansker/votter, du angrer aldri på at du har det med, gjerne et ekstra par også. Når vi fryser starter det ofte ved at vi først blir kald/våt på beina. Ta på deg noe du er sikker på at holder mål. Det er ikke viktig hvordan fottøy ser ut, men at det virker i forhold til behovet.

Ta på mer tøy, før du blir kald, ikke vent, ikke utsett dette.

Alle Røde Kors mannskaper skal være uniformert, minimum med en Røde Kors vest. Har du vest selv bruker du den. Har du ikke vest må du låne får du låne av oss. Det ligger ubrukte vester på teststasjonen du kan ta med deg og vaske etter behov. Denne vesten beholder du til det ikke lenger er nødvendig (vi kan ikke ha et lager der vi bytter vester, av smittehensyn). Husk å bære uniform / vest korrekt under hele vakten.

Ta gjerne med sekk/bag med ekstra tøy og annet du tenker du kan få bruk for i løpet av en vakt. Vaktene er like lange som en arbeidsdag, men erfaring viser at de går fort.

Du tar selv med mat og drikke til hele vakten. Matpakke hjemmefra eller mat kjøpt underveis til vakten velger du selvsagt selv. Det samme med drikke, flasker og termos. Det vil være mulig å etterfylle med kaldt vann underveis i pausene dine. Du vil få refundert utgifter til mat og drikke med kr 100,- per vakt. Du vil også få reiserefusjon på kr 80,- per vakt, uavhengig av hvordan du velger å komme deg dit. Disse pengene får du tilsendt til oppgitt konto nr fra oss i Røde Kors, etter din siste vakt, når vi har summert sammen hva du skal ha. Tilskudd til Røde Kors for vaktoppdraget vil på samme måte bli sendt direkte til din lokalforening. Ta gjerne med litt mer mat og litt mer drikke enn du tror du behøver, de første gangene. Du angrer aldri på å ha med litt for mye, det motsatte er verre.

**Fremmøtested:**

Møt gjerne 10-15 minutter før vakten starter, så får du orientert deg. Ta på deg Røde Kors vesten med en gang, så finner dere på Røde Kors temaet hverandre lett. Teamleder melder fra til ansvarlig fra Bergen kommune når dere er samlet og klare. Da får dere oppdragsopplæring, smitteopplæring og smitteutstyr fra kommunens ansatte.

Reise til/fra, og deltagelse i dette oppdraget, er å anse som en nødvendig reise og et prioritert oppdrag.

**Parkering**

Det er gratis parkering på alle lokasjoner, men for å få gratis parkering ved Bergen Legevakt trenger vi ditt navn og registreringsnummer. Send dette til [alf.dalsbo@redcross.no](mailto:alf.dalsbo@redcross.no) om du vil kjøre din bil til vakten på Bergen Legevakt.

**Vakter og teststasjoner**

Møt gjerne 10-15 minutter før vakten starter, så får du orientert deg. Ta på deg Røde Kors vesten med en gang, så finner dere på Røde Kors temaet hverandre lett. Teamleder melder fra til ansvarlig fra Bergen kommune når dere er samlet og klare. Da får dere oppdragsopplæring, smitteopplæring og smitteutstyr fra kommunens ansatte. Reise til/fra, og deltagelse i dette oppdraget, er å anse som en nødvendig reise og et prioritert oppdrag.

Spelhaugen teststasjon, Spelhaugen 12 – 3 frivillige per vakt

* Ukedag formiddag: 08:30-16:00
* Ukedag ettermiddag: 16:00-21:30 (Kan bli noe lenger for at alle bilene i køen skal få testet seg)
* Helg formiddag: 09:30-14:30
* Helg ettermiddag: 14:30-18:30 (Kan bli noe lenger for at alle bilene i køen skal få testet seg)

Bergen Legevakt, Solheimsgaten 9 – 2 frivillige per vakt

* Ukedag formiddag: 09:00-16:00
* Ukedag ettermiddag: 16:00-21:30
* Lørdag formiddag: 09:00-14:30

Luftveisklinikken FYSAK Slettebakken, Vilhelm Bjerknesvei 42 – 1 frivillig per vakt

* 08:30-15:00 på hverdager

Luftveisklinikken Åsanehallen, Åsane Senter 50B – 1 frivillig per vakt

* 08:30-15:00 på hverdager

**Mobiltelefon:**

Ta med mobiltelefon til hver vakt, fullt ladet og gjerne med en "powerbank" ekstra om du tror det blir behov. Ved vaktens start utveksler dere mobil nr med hverandre, internt på Røde Kors teamet, og så holder dere kontakten via telefon, sms eller en app dere alle har. Det er også viktig for teamleder å kunne nå ut til alle med felles info, ved behov.

Du kan sjekke hvem som er på ditt vaktlag på KOVA, der du la inn din vakt.

**Arbeidsgiver:**

Mange arbeidsgivere tenker det er riktig å støtte opp om Røde Kors frivillige og kanskje gi noe fri for slike vakter, som bedriftens bidrag til dugnaden. Ta gjerne en prat med "sjefen" og hør om det er en ordning du kan få til for dine vakter, om du tenker noen av dem kan være i arbeidstiden. Vi har egne brev om dette du kan få og vise til arbeidsgiver.

**Kontakt oss ved behov:**

Du kan ta kontakt med oss i prosjektledelsen på epost til [thorbjorn.fosse@redcross.no](mailto:thorbjorn.fosse@redcross.no) eller på

mobil 92410624 dersom du har spørsmål

**Vi sender deg et spørreskjema:**

Etter hver vakt vil du motta et spørreskjema fra oss, der vi håper du kan melde tilbake dine tanker og erfaringer fra vakten. Med gode tilbakemeldinger kan vi justere på alt som kan bli bedre og bygge videre på det som fungerer bra.

**Vil du ta flere vakter:**

Vi håper du opplever dette oppdraget som meningsfylt og viktig. Om erfaringene dine fra første oppdrag er gode håper vi du melder til flere vakter, slik at vi blir mange som kan dele på dette.

**Takk:**

Takk for at du stiller opp i denne dugnaden. Det sier gode ting om deg at du både evner å stille opp for andre enn deg selv, og bidrar til viktig Røde Kor arbeid. Din innsats bidrar til at vi kan håndtere pandemien på en bedre måte, flere får testet seg fortere. Du, og det du gjør på denne vakten, gjør en helt konkret forskjell!

Velkommen til teststasjonen på Spelhaugen.

*Først og fremst tusen takk for at akkurat* ***du*** *bidrar med din frivillige innsats her hos oss. Vi er meget takknemlig for Røde kors sin gode hjelp.*

Her kommer litt info om hvordan arbeidsdagen vil være.

### **Oppmøtested:**

Dere møter opp ved den røde bua ved enden av de oppmerkede kjørebanene på Spelhaugen 12. Denne bua er Røde kors sitt holdepunkt. Den ene delen av bua vil være varmet opp, slik at man kan sette seg inn dit dersom pågangen av pasienter er liten, eller man trenger en varmepause. Her møtes alle fra Røde kors ved vaktstart slik at dere får en oversikt over hvem dere skal jobbe med. Til informasjon så vil ytterdøren stå låst på nattestid, men skal låses opp ved vaktstart av testpersonalet.   
Skulle den mot formodning ikke være åpnet ved vaktstart kl 09.00, kan dere ringe til vakttelefonen for Spelhaugen teststasjon på **40 81 64 58** og gi beskjed.

## **Bekledning:**

Dere kan ha på dere privat yttertøy. Husk å kle dere godt da arbeidet vi trenger hjelp med befinner seg utendørs, ull i flere lag og tykk ytterjakke, hansker og hodeplagg er å anbefale. Røde kors sine vester ligger i den røde bua.

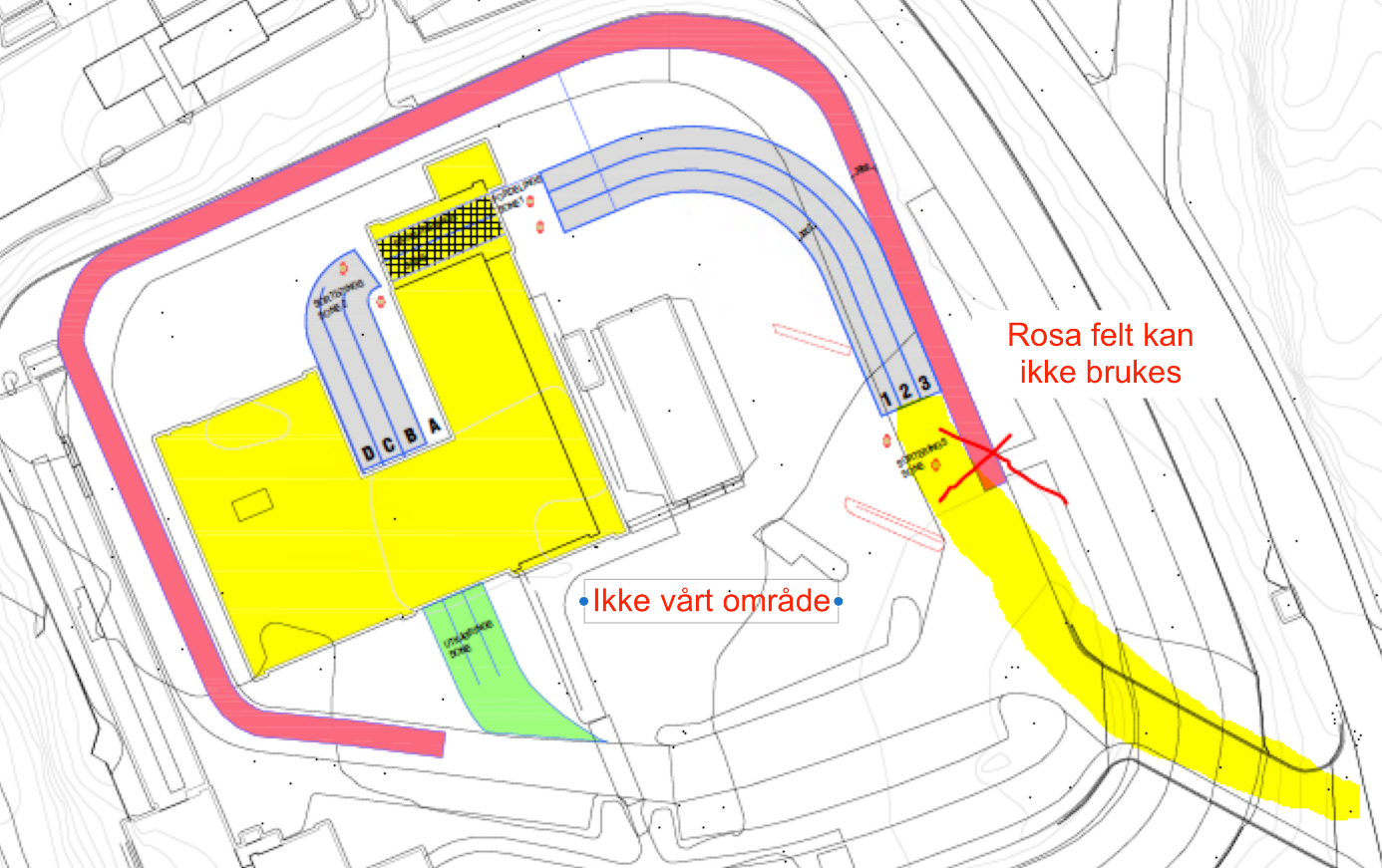
### **Ansvar:**

Deres hovedansvar vil være å være en vert på området for alle som kommer for å teste seg, og bidra til at det flyter fint med folk og biler. På uteområdet vil dere se tre markerte baner for biler, mens de gående skal benytte linjen innenfor kjeglene. Det er også satt opp toalett på framsiden mot kjørebanen, for de som venter på test dersom ventetiden er lang. Noen kan bli utålmodige og ønsker å gå på butikken mens de venter, men det er ikke greit. Alle som er i kø kan potensielt være smittet og må derfor vente i bilen, med mindre de skal på toalettet. Bilene står først i kø i de oppmerkede feltene, og dirigeres videre inn til registrering og til slutt inn i testhallen.

For å sikre at vi fort kan skaffe et overblikk over situasjoner, og sikre kommunikasjon i alle ledd må en fra Røde Kors ha vakttelefonen på seg gjennom hele vakten. Telefonen hentes på kontoret ved vaktstart, overleveres videre til kveldsvakt og leveres tilbake ved vakt slutt. Telefonen må alltid være på lyd. Den er merket med «Røde Kors». Om det skulle oppstå hendelser som bør meldes skal det meldes til kontakten **Pia/ICE.** Til nøds kan det ringes.

Vi deler Spelhaugen med noen andre leietakere derfor er fint om dere kan hjelpe oss med følgende:

Se vedlagt bilde:



1. Rosa merket veibane er avsatt til utrykningskjøretøy OG andre utleiere på stedet. Disse kan ikke bortvises fra område. Se og RØD X på bilde. Det må være mulig for andre utleiere å kjøre inn i den rosa veibanen.

2. Videre er det kjempefint om dere kan sikre at ikke andre parkerer på område og går inn i teststasjonen for å komme fortere gjennom. Det er tilrettelagt med gående teststasjon, men de kan ikke, og skal ikke parkere på område og gå inn.

Området merket «ikke vårt område» er det fint om dere bistår oss med.

For utleier er dette viktig at vi overholder – håper dere kan hjelpe oss å sikre dette.

*Viktig vedr. bortviser om kvelden*.   
Det er kun ved full parkeringsplass ***og*** kødannelser at vi starter bortvising på parkeringsplassen kl. 19:30.

### **Toalett:**

Grunnet smitte hensyn ser vi at det er hensiktsmessig og for alle at Røde Kors og helsepersonalet ikke deler toalett eller personalerom.   
Toalett for Røde Kors er inni i testbygget, **ned trappen**. Dette er ett garderobe område.   
  
**Pauserom/varmestue:**  
Bua er tilrettelagt for at dere kan gå inn og varme dere. Samt ta pause under vakt.   
Bua er utstyrt med møblement, vannkoker, kaffetrakter, og vann.

### **Smittevern:**

Det er viktig for deres egen sikkerhet at dere holder minst 1-2 meter avstand til pasientene som kommer gående og kjørende. Dersom pasientene henvender seg til dere med spørsmål, skal dere henvise dem til den ansatte på testlinjen som står ved registreringen. Denne personen har fult smittevernsutstyr på seg og kan gå nære pasientene. Står det biler bakover i køen med spørsmål, kan dere medbringe beskjeden til den ansatte i registreringen slik at personer med smittevernsutstyr kan ta seg av dette.

Inne i bua vil dere ha tilgang til hansker og munnbind, eventuelt beskyttelsesbriller dersom det er ønskelig å bruke. Dette er ment som en ekstra sikkerhet til Rødekors.

For så lenge avstanden holdes vil dere fortsatt betraktes som «rene» og kan trygt bruke privattøy, mens personalet og området inne i testhallen er «skittent» med fare for smitte.

**DERFOR ER DET SVÆRT VIKTIG AT INGEN GÅR INN I HALLEN, DA DETTE ER ET SMITTEFARLIG OMRÅDET SOM KUN SKAL BENYTTES AV PERSONALET MED SMITTEVERNSUTSTYR.**

Ute i bua har dere en søppelbøtte for vanlig avfall, og en gul bøtte for smittevernsutstyr som i deres tilfelle da er munnbind og hansker. Når dere kaster avfall i den gule bøtten, er det viktig å ikke trykke søppelet ned med hender og armer, bruk aldri foten til å trykke det ned. Dette vil si at denne bøtten blir fort full, men det er slik det skal være. Når bøtten er fylt opp ber dere enten om hjelp fra den på registreringen dersom den er ledig, eller dere ringer inn på vakttelefonen. De ansatte på testlinjen vet hvordan prosedyren for denne type avfall er, og det er derfor ikke en jobb dere skal gjøre. Foruten om dette er det greit for dere å vite at dere kan ringe vakttelefonen dersom det er tomt for hansker, munnbind, ny gul søppelboks, håndsprit etc.

Til slutt vil vi bare informere dere om reglene rundt smittevern som praktiseres inne på huset. Dersom dere går inn i testlokalene er det viktig at hansker og munnbind tas av, og hendene sprites. Alle de ansatte bruker dette som en regel også. *Hender sprites når man går inn i lokalet, de sprites etter toalettbesøk, og før man går inn på spiserommet. Håndhygiene blir svært viktig når vi er mange ansatte på ett sted. Dere vil se en håndspritdispenser i det dere kommer inn hoveddøren.*

Skulle det være spørsmål underveis i vakten kan dere enten ringe vakttelefonen eller ta kontakt med personalet inne på testlokalet. Vi er der for å hjelpe dere så ikke vær redde for å spørre.

Takk for din innsats!

Velkommen til teststasjonen på Bergen legevakt.

*Først og fremst tusen takk for at akkurat* ***du*** *bidrar med din frivillige innsats her hos oss. Vi er meget takknemlig for Rødekors sin gode hjelp.*

Her kommer litt info om hvordan arbeidsdagen vil være.

### **Oppmøtested:**

På legevakten gjøres selve testingen utenfor i 2 etasje. Du vil se en bilvei som kjører oppover på høyre side av bygget hvis du står foran hovedinngangen, se skilting for Covid testing. Følg denne bilveien opp og du ser teltene der testingen foregår. **Ikke gå inn i teltet** da dette sees på som skittent område. Ved siden av teltet ser dere et inngangsparti, mellom inngangspartiet og teltet er det en dør inn til kontoret der testpersonalet holder til. Denne døren kan dere banke på slik at personalet ser dere. Viktig da å signalisere at dere kommer fra rødekors (det er en del av pasienten som vil teste seg som oppsøker denne døren ved en feiltagelse derfor kan de ansatte møte deg med litt skepsis inntil du har signalisert at du er fra rødekors). Dersom ingen skulle være inne, eller dere ikke får kontakt med de ansatte kan dere ringe på **vakttelefonen: TLF 40 81 36 73.**

### **Pauserom/Toalett:**

Den første på vakt vil da få utdelt **2 adgangskort** og **1 nøkkel**. Hvis dere går inn inngangspartiet i den andre ytterdøren vil dere se stoler dere kan ha til pauseavikling. Adgangskortet brukes for å komme seg på toalettet, dette er merket med Røde Kors logo. Dette bruker dere i døren ved pauseaviklingen. Toalettet befinner seg da inn gangen og til venstre, se merket toalettdør.  
Inn på kjøkkenet i 2 etg. Ligger like ved toalettene er det satt opp en kaffetrakter til dere. Denne kan dere lage til og ta med ut på vakt. Kannen er termos så den holder varmen. Kaffepulver og filter finner dere i skuff under trakter. Se etter Røde Kors logo. Godt merket.   
Her skal det alltid være påfylt til dere, MEN om ikke. Se an hvor mye trykk/stress det er på testlinjen om dere ber de om hjelp til å fylle på kaffen 😊

## **Bekledning:**

Dere kan ha på dere privat yttertøy. **Husk å kle dere godt da arbeidet** vi trenger hjelp med befinner seg utendørs. Røde Kors sine vester ligger i skuffetrallen inne.

### **Ansvar:**

Deres hovedansvar vil være å være en vert på området for alle som kommer for å teste seg, og bidra til at det flyter fint med gående og bilister som skal teste seg. På legevakten har vi kun en kjørebane, og det er trangt for to biler å komme seg opp og ned bakken til rampen samtidig. Det er derfor nødvendig at en fra Røde Kors står i bunnen av bakken, mens den andre står oppe og signaliserer klart/ikke klart til hverandre. Gåene holder til høyre i bakken.

Ved en eventuell evakuering eller behov for ambulanse/politi/brannvesen, bidrar dere også her med å dirigere trafikken slik at nødetater når frem.

### **Smittevern:**

Det er viktig for deres egen sikkerhet at dere holder minst 1-2 meter avstand til pasientene som kommer gående og kjørende. Fra tidligere av har Røde Kors hatt ansvar for å dele ut infoark. Dette gjøres nå inne ved selve testingen slik at dere skal ha god mulighet til å holde avstand til de som vil teste seg. Dersom pasientene henvender seg til dere med spørsmål, skal dere henvise dem til den ansatte på testlinjen som står ved testingen. Denne personen har fult smittevernsutstyr på seg og kan gå nære pasientene.

Nøkkelen dere får utdelt brukes til å låse opp skuffetrallen. Her finner dere smittevernsutstyr som hansker og munnbind. Dette er ment som en ekstra sikkerhet til Røde Kors.

For så lenge avstanden holdes vil dere fortsatt betraktes som «rene» og kan trygt bruke privattøy, mens personalet og området inne i testteltet er «skittent» med fare for smitte.

Husk alltid å sprite av hendene før dere forsyner dere av rent utstyr. Munnbind brukes i maks 2 timer av gangen, og skiftes hver gang det blir fuktig. Det er testlinjepersonalet som har ansvar for å fylle på denne skuffetrallen. Dere skal ikke ta fra smittevernslageret da det føres nøye hvem og hva som tas ut derfra.

Det er også viktig å informere dere om reglene rundt smittevern som praktiseres inne på huset. Dersom dere går inn på legevakten skal hansker og munnbind kastes, og hendene sprites. Alle de ansatte bruker dette som en regel også. Hender sprites når man går inn i lokalet, de sprites etter toalettbesøk, og før man tar på nytt smittevernsutstyr. Håndhygiene blir svært viktig når vi er mange ansatte på ett sted. Dere vil se en håndspritdispenser i det dere kommer inn hoveddøren.

Ved skuffetrallen er det også plassert en søppelbøtte for vanlig avfall, og en gul bøtte for smittevernsutstyr som i deres tilfelle da er munnbind og hansker. Når dere kaster avfall i den gule bøtten, er det viktig å ikke trykke søppelet ned med hender og armer, bruk aldri foten til å trykke det ned. Dette vil si at denne bøtten blir fort full, men det er slik det skal være. De ansatte på testlinjen skal bytte den bøtten hver kveld, dersom den blir full før kan dere si fra til personalet eller ringe til vakttelefonen. De ansatte på testlinjen vet hvordan prosedyren for denne type avfall er, og det er derfor ikke en jobb dere skal gjøre.

**FOR DERES EGEN SIKKERHET ER DET SVÆRT VIKTIG AT INGEN AV DERE GÅR INN I TESTTELTET, DA DETTE ER ET SMITTEFARLIG OMRÅDET SOM KUN SKAL BENYTTES AV PERSONALET MED SMITTEVERNSUTSTYR.**

Skulle det være spørsmål underveis i vakten kan dere enten ringe vakttelefonen eller ta kontakt med personalet inne på testlokalet dersom de er ledige. Vi er der for å hjelpe dere så ikke vær redde for å spørre.

Takk for din innsats!

# Viktig informasjon om smittevern på teststasjonen

I dette infoskrivet ønsker vi å understreke viktigheten av å drive godt smittevern på teststasjonen. Husk at man på vakten representerer Røde Kors og at det er ekstremt viktig at man følger de retningslinjene som gjelder i Røde Kors og i samfunnet ellers. **Alle som tar vakter på teststasjonen må følge retningslinjene beskrevet under.**

## Hold avstand

* Hold avstand til publikum og andre på teststasjonen, minst 1 meter.

## Hånd- og hostehygiene

* Unngå å berøre ansiktet med urene hender. Da hindrer du indirekte kontaktsmitte fra hendene til øyne, munn og luftveier.
* Unngå å hoste eller nyse direkte på andre.
* Tilstreb å hoste/nyse i et papirtørkle (som kastes etterpå), eller i albuekroken dersom du ikke har papirtørkle tilgjengelig.

## Vask og sprit hender

Håndvask

* Vask hender grundig. Selve vaskeprosessen bør ta minst 20 sekunder. Se: <https://www.youtube.com/watch?v=vsFQfZit0KU>.
* Tørk hendene med engangs papirhåndklær.
* Utføres ved ankomst, mellom ulike oppgaver, etter toalettbesøk og før og etter spising.

Alternativer til håndvask

* Viruset er følsomt for alkohol, og alkoholbasert desinfeksjon (håndsprit) er et alternativ hvis ikke håndvaskmuligheter er tilgjengelig.
* Hvordan bruke håndsprit: <https://www.youtube.com/watch?v=ONIBRuraVSU>
* Håndsprit er lite effektivt ved synlig skitne eller våte hender, da bør håndvask utføres.

## Bruk munnbind

Den smitteforebyggende effekten av munnbind er godt dokumentert når det brukes korrekt. **Alle som deltar på vakt på teststasjonen skal bruke munnbind.** Se retningslinjer for korrekt bruk av munnbind under.

