



Koronavīruss
COVID-19
Nacionālā
programma

Aicinājums sabiedrībai

Ieteikumi un
kontakttālruņi
jūsu grāfistē

Resursu mobilizēšana, kopienu saskarsme



Jaunākās aktualitātes meklējiet
www.gov.ie/communitycall
www.hse.ie



Rialtas na hÉireann
Government of Ireland

Aicinājums sabiedrībai

Esam vienoti kopā

Kā daļu no valdības reakcijas uz COVID-19 krīzi, jūsu vietējā pašpārvalde (dome) ir izveidojusi **COVID-19 sabiedrības aicinājuma forumu**. Jūsu vietējais forums sadarbojas ar valsts iestādēm, sabiedriskajām un brīvprātīgajām grupām, lai sniegtu atbalstu vai pakalpojumus jebkurai neaizsargātai personai, kurai tie ir nepieciešami.

Jūsu forums apvieno dažādas organizācijas, lai sniegtu svarīgus pakalpojumus, piemēram:

- tādu būtisku lietu kā pārtikas, “ēdienu uz riteniem”, mājsaimniecības priekšmetu, degvielas vai zāļu savākšanu un piegādi (saskaņā ar norādījumiem)
- atbalstu, ja esat sociāli izolēts vai “iekūņojies”

Ja jums nepieciešama palīdzība, vai, ja zināt kādu, kam nepieciešama palīdzība, vai, ja vēlaties piedāvāt palīdzību, lūdzu, izmantojiet šajā bukletā norādītos vietējās pašpārvaldes (dome) tālrunu numurus vai e-pastu.

Iekūņošanās

Dažas personas vietējās kopienās ir “iekūņojušās”. Tas nozīmē, ka tās paliek mājās un izvairās no saskarsmes klātienē ar citām personām (sabiedrības veselības norādījumi var mainīties). Tas ir labākais veids, kā palēnināt COVID-19 vīrusa izplatību un pasargāt sevi.

Kas ir tie, kas iekūņojas?

- Personas, kas vecākas par 70 gadiem.
- Personas, kuras dzīvo aprūpes namos vai atrodas ilgstošā aprūpē.
- Personas ar nopietnām saslimšanām, piemēram, orgānu transplantācijas saņēmēji, pacienti, kas saņem vēža ārstēšanu, ar smagiem elpošanas stāvokļiem, retām slimībām, kas palielina infekciju risku.
- Grūtnieces, kurām ir būtiskas sirds slimības.



Kontakttālruņi

Šajā tabulā sniegti kontakttālruņi un e-pasta adreses katram apgabalam.

KONAHTA

Jūsu vietējā pašpārvalde	Palīdzības līnija	E-pasta adrese
Golvejas pilsēta	1800 400 150	covidsupport@galwaycity.ie
Golvejas grāfiste	1800 928 894 / 091 509 390	covidsupport@galwaycoco.ie
Litrima	1800 852 389	covidsupport@leirimcoco.ie
Mejo	094 906 4660	covidsupport@mayococo.ie
Roskomona	1800 200 727	covidsupport@roscommoncoco.ie
Slaigo	1800 292 765	covidsupport@sligococo.ie

DUBLINA

Jūsu vietējā pašpārvalde	Palīdzības līnija	E-pasta adrese
Dublina pilsēta	01 222 8555	covidsupport@dublincity.ie
Danliera-Rātdauna	01 271 3199	covidsupport@dlrcoco.ie
Fingala	1800 459 059	covidsupport@fingal.ie
Dienviddubliņa	1800 240 519	covidsupport@sdblincoco.ie

MANSTERA

Jūsu vietējā pašpārvalde	Palīdzības līnija	E-pasta adrese
Klēra	1800 203 600	covidsupport@clarecoco.ie
Korkas pilsēta	1800 222 226	covidsupport@corkcity.ie
Korkas grāfiste	1800 805 819	covidsupport@corkcoco.ie
Kerija	1800 807 009	covidsupport@kerrycoco.ie
Limerikas pilsēta un grāfiste	1800 832 005	covidsupport@limerick.ie
Tiperārija	076 106 5000	covid19@tipperarycoco.ie
Voterfordas pilsēta un grāfiste	1800 250 185	covidsupport@waterfordcouncil.ie



LENSTERA, IZŅEMOT DUBLINU

Jūsu vietējā pašpārvalde	Palīdzības līnija	E-pasta adrese
Kārlova	1800 814 300	covidsupport@carlowcoco.ie
Kildēra	1800 300 174	covidsupport@kildarecoco.ie
Kilkenija	1800 500 000	covidcommunity@kilkennycoco.ie
Līša	1800 832 010	covidsupport@laoiscoco.ie
Longforda	1800 300 122	covidsupport@longfordcoco.ie
Lauta	1800 805 817	covidsupport@louthcoco.ie
Mīta	1800 808 809	covidsupport@meathcoco.ie
Ofālija	1800 818 181	covidsupport@offalycoco.ie
Vestmīta	1800 805 816	covidsupport@westmeathcoco.ie
Veksforda	053 919 6000	covidsupport@wexfordcoco.ie
Viklova	1800 868 399	covidsupport@wicklowcoco.ie

OLSTERA

Jūsu vietējā pašpārvalde	Palīdzības līnija	E-pasta adrese
Kavana	1800 300 404	covidsupport@cavancoco.ie
Donegāla	1800 928 982	covidsupport@donegalcoco.ie
Monahana	1800 804 158	covidsupport@monaghancoco.ie

ALONE NACIONĀLĀ PALĪDZĪBAS LĪNIJA: 0818 222 024

ALONE, Nacionālā labdarības biedrība vecāka gadagājuma personām, piedalās katrā COVID-19 sabiedrības aicinājuma forumā. Ja jums ir nepieciešama informācija, mierinājums vai tikai saruna, varat zvanīt uz tālruni 0818 222 024. Varat kontaktēties ar ALONE, ja jums rodas grūtības ar fizisko vai garīgo veselību, finansēm, vientulību un citiem izaicinājumiem.



Ieteikumi personām, kas sniedz atbalstu

Kontakta izveide	<ul style="list-style-type: none">• Sazinieties ar personu, lai apstiprinātu savu apmeklējumu• Piezvaniet personai, kad ierodaties ārpus tās mājām• Veiciet roku higiēnas pasākumus pirms transportlīdzekļa atstāšanas• Nospiediet durvju zvanu vai skaļi piekļauvējiet un atkāpieties 2 metrus• Informējiet personu par to, kas esat, apmeklējuma iemeslu un parādiet savu ID
Kad esat ieradies	<ul style="list-style-type: none">• Palūdziet personu pāriet uz citu telpu• Novietojiet lietas pie ārdurvīm• Ja ir nepieciešams iekļūt mājās, ievērojiet iekūņošanās norādījumus par roku mazgāšanu un fizisko distanci
Ejot prom	<ul style="list-style-type: none">• Apstipriniet nākamās vizītes laiku un datumu• Pārlieciniet personu, ka sazināšanās un piegādes tiks uzturētas tik ilgi, kamēr viņi paliks mājās• Veiciet roku higiēnas pasākumus pirms atgriešanās savā transportlīdzeklī• Piezvaniet pa tālruni vai nosūtiet apmeklējuma vai labklājības apstiprinājumu pa e-pastu.
Ko darīt, ja persona nejutās labi?	<ul style="list-style-type: none">• Ja persona saka, ka nejutās labi, pajautājiet, vai tā ir sazinājusies ar savu ģimenes ārstu• Ja persona nav sazinājusies ar ģimenes ārstu, uzziniet tā ģimenes ārsta uzvārdu un numuru un dariet to personas vārdā• Ja ar ģimenes ārstu nevar sazināties, zvaniet uz neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu
Ja nu persona ir vārga un tai ir nepieciešama palīdzība produktu novietošanā?	<ul style="list-style-type: none">• Nosakiet virtuves atrašanās vietu un ienesiet tajā produktus vai kurināmo• Izkravājiet produktus, nodrošinot to pieejamību personai• Atstājiet personas dzīvesvietu un atkāpieties no tās 2 metrus• Pārlieciniet personu, ka sazināšanās un piegādes tiks uzturētas tik ilgi, kamēr viņi paliks mājās
Ko darīt, ja neviens neatsaucas?	<ul style="list-style-type: none">• Ja nav atbildes, piezvaniet uz kontakttālruna numuru• Ja neviens neatbild, sazinieties ar vietējo pašpārvaldi, lai saņemtu papildu kontaktpersonu tālrunu numurus• Ja pēc vairākkārtējiem mēģinājumiem nav izdevies sazināties ar personu, piezvaniet neatliekamās palīdzības dienestiem, lai saņemtu turpmāku palīdzību• Pālieciet personas dzīvesvietā līdz neatliekamās palīdzības dienestu ierašanās brīdim• Sazinieties ar vietējo pašpārvaldi, lai uzzinātu izsaukuma rezultātu un aktuālo informāciju par šo personu



Ieteikumi personām, kurām ir nepieciešams atbalsts

ATCERĪETIES!

- **Atcerieties**, ka palīdzība un padoms ir tikai tālruņa zvana attālumā!
- **Apziniet** svarīgāko pakalpojumu tālruņu numurus un turiet tos pa rokai!
- **Uzturiet** sakarus ar kaimiņiem!
- **Ja** pie durvīm zvana kāds svešinieks, noskaidrojiet viņa identitāti! Ja rodas šaubas, lai pārliecinātos, sazinieties ar organizāciju, kuru viņi pārstāv!
- **Neaizmirstiet** fiziski distancēties, ievērojot 2 metru atstarpi starp sevi un citām personām!
- **Ievērojiet** norādījumus par roku mazgāšanu, šķaudīšanu un klepošanu piedurknē vai salvetē!

ESIET UZMANĪGI!

- **Ja nejutaties** pārliecināts, neatbildiet uz durvju zvaniem no nepazīstamiem cilvēkiem!
- **Nesarokojieties** ar nevienu, kas pienācis pie jūsu namdurvīm!
- **Neielaidiet** nevienu savās mājās, ja vien jūs tos nepazīstat vai tas ir absolūti nepieciešams!
- **Nesniedziet NEKĀDU** personisko informāciju, tostarp bankas datus vai kredītkartes vai debetkartes informāciju kādam, kuram jūs neuzticaties - ne personīgi, ne arī pa tālruni!
- **Nesatiekaties** ar citiem neaizsargātiem savas kopienas locekļiem, ja jums ir jebkādi slimības simptomi!
- **Neraizējaties** par **nepatiesu informāciju** sociālajos medijos - ievērojiet Veselības dienesta pārvaldes (HSE) ieteikumus!