



Koronavirusas  
**(COVID-19)**  
Nacionalinė  
programa

# Bendruomenės kvietimas

Rekomendacijos ir jūsų  
grafystės kontaktinė  
informacija

**Resursų mobilizavimas, bendruomenų ryšys**



**Kasdieną atnaujinamos informacijos ieškokite**  
[www.gov.ie/communitycall](http://www.gov.ie/communitycall)  
[www.hse.ie](http://www.hse.ie)



**Rialtas na hÉireann**  
Government of Ireland

# Bendruomenės kvietimas

## Įveiksime tai kartu!

Igydendindama Vyriausybės atsaką į COVID-19 krizę jūsų vietos valdžios institucija (taryba) įsteigė **COVID-19 Bendruomenės sukviestą forumą**.

Jūsų vietinis forumas bendradarbiauja su valstybinėmis institucijomis bei bendruomenės ir savanorių grupėmis teikdamas pagalbą ir paslaugas, kurios yra reikalingos pažeidžiamiems žmonėms.

**Vienydamas skirtingas organizacijas jūsų forumas teikia šias svarbias paslaugas:**

- pagrindinio vartojimo maisto, namų apyvokos prekių, kuro, vaistų, maisto ant ratų paėmimą ir pristatymą (laikantis taisyklių);
- paramą laikantis saviizoliacijos arba izoliacijos.

**Jei jums reikalinga pagalba, pažįstate žmogų, kuriam reikalinga pagalba, ar norėtumėte padėti, paskambinkite ar parašykite el. laišką savo vietos valdžios institucijai (tarybai) naudodami šiame lankstinuke pateiktą kontaktinę informaciją.**

## Izoliacija

Kai kurie vietos bendruomenės nariai yra priversti izoliuotis. Tai reiškia, kad jie privalo likti namuose ir turi vengti tiesioginio kontakto (visuomenės sveikatos rekomendacijos gali keistis). Izoliacija yra geriausias būdas sulėtinti COVID-19 viruso plitimą ir apsisaugoti nuo užkrato.

### Kas turi izoliuotis?

- žmonės, kurie sulaukė 70 metų;
- žmonės, kurie gyvena senelių ar slaugos namuose;
- žmonės, kurie turi rimtų sveikatos sutrikimų, pvz., žmonės, kuriems yra persodinti organai, tie, kurie yra gydomi nuo vėžio, turi rimtų kvėpavimo sutrikimų, serga retomis ligomis, kurios didina užsikrėtimo riziką;
- nėščiosios, kurios serga rimtomis širdies ligomis.



## Kontaktinė informacija

Šioje lentelėje pateikiamos kiekviename rajone veikiančios pagalbos linijos ir el. pašto adresai.

### KONACHTAS

Jūsų vietos valdžios institucija	Pagalbos linija	El. pašto adresas
Golvėjaus miestas	1800 400 150	covidsupport@galwaycity.ie
Golvėjaus grafystė	1800 928 894 / 091 509 390	covidsupport@galwaycoco.ie
Leitrimas	1800 852 389	covidsupport@leitrimcoco.ie
Mėjas	094 906 4660	covidsupport@mayococo.ie
Roskomonas	1800 200 727	covidsupport@roscommoncoco.ie
Slaigo	1800 292 765	covidsupport@sligococo.ie

### DUBLINAS

Jūsų vietos valdžios institucija	Pagalbos linija	El. pašto adresas
Dublino miestas	01 222 8555	covidsupport@dublincity.ie
Dan Lerė-Ratdaunis	01 271 3199	covidsupport@dlrcoco.ie
Fingolas	1800 459 059	covidsupport@fingal.ie
Pietų Dublinas	1800 240 519	covidsupport@sdblincoco.ie

### MANSTERIS

Jūsų vietos valdžios institucija	Pagalbos linija	El. pašto adresas
Kleras	1800 203 600	covidsupport@clarecoco.ie
Korko miestas	1800 222 226	covidsupport@corkcity.ie
Korko grafystė	1800 805 819	covidsupport@corkcoco.ie
Keris	1800 807 009	covidsupport@kerrycoco.ie
Limeriko miestas ir grafystė	1800 832 005	covidsupport@limerick.ie
Tipereris	076 106 5000	covid19@tipperarycoco.ie
Voterfordo miestas ir grafystė	1800 250 185	covidsupport@waterfordcouncil.ie



## LENSTERIS IŠSKYRUS DUBLINĄ

Jūsų vietos valdžios institucija	Pagalbos linija	El. pašto adresas
Karlou	1800 814 300	covidsupport@carlowcoco.ie
Kilderas	1800 300 174	covidsupport@kildarecoco.ie
Kilkenis	1800 500 000	covidcommunity@kilkennycoco.ie
Lišas	1800 832 010	covidsupport@laoiscoco.ie
Longfordas	1800 300 122	covidsupport@longfordcoco.ie
Laudas	1800 805 817	covidsupport@louthcoco.ie
Mitas	1800 808 809	covidsupport@meathcoco.ie
Ofalis	1800 818 181	covidsupport@offalycoco.ie
Vestmidas	1800 805 816	covidsupport@westmeathcoco.ie
Veksfordas	053 919 6000	covidsupport@wexfordcoco.ie
Viklou	1800 868 399	covidsupport@wicklowcoco.ie

## ALSTERIS

Jūsų vietos valdžios institucija	Pagalbos linija	El. pašto adresas
Kavanoas	1800 300 404	covidsupport@cavancoco.ie
Donegolas	1800 928 982	covidsupport@donegalcoco.ie
Monachanas	1800 804 158	covidsupport@monaghancoco.ie

## „ALONE“ NACIONALINĖ PAGALBOS LINIJA 0818 222 024

„ALONE“ nacionalinė labdaros organizacija, kuri yra skirta vyresnio amžiaus žmonėms, bendradarbiauja su kiekvienu COVID-19 Bendruomenės sukviestu forumu. Norėdami gauti informacijos, patikrinti faktus ar pasikalbėti galite paskambinti jiems telefono numeriu 0818 222 024. Taip pat galite susisiekti su „ALONE“, jei jaučiatės vienišas ar jums kilo fizinių, psichinės sveikatos, finansinių ar kitų problemų.



## Rekomendacijos pagalbą teikiantiems žmonėms

<b>Ryšys su žmogumi</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Patvirtinkite apsilankymą susisiekę su lankomu žmogumi</li><li>• Atvykę prie namų paskambinkite lankomam žmogui</li><li>• Prieš išlipdami iš automobilio atlikite rankų higieną</li><li>• Paskambinkite ar garsiai pabelskite į duris ir atsitraukite per 2 metrus</li><li>• Prisistatykite žmogui, pasakykite savo apsilankymo tikslą ir parodykite savo asmens dokumentą</li></ul>
<b>Atvykus</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Paprašykite žmogaus pereiti į kitą kambarį</li><li>• Padėkite prekes priekinių durų prieangyje</li><li>• Jei reikia užėiti į namus, laikykitės izoliacijos taisyklių, galiojančių rankų plovimui ir fiziniam atstumui</li></ul>
<b>Išvykstant</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Patvirtinkite kito apsilankymo datą ir laiką</li><li>• Patikinkite žmogų, kad būnant namuose su juo bus palaikomas ryšys ir tęsiamas prekių pristatymas</li><li>• Prieš įsėdami į automobilį dezinfekuokite rankas</li><li>• Telefonu ar el. paštu patvirtinkite apsilankymą ir praneškite, kad žmogus jaučiasi gerai</li></ul>
<b>Ką daryti, jei žmogus jaučiasi prastai?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jei žmogus jaučiasi prastai, paklauskite, ar jis susisiekė su šeimos gydytoju</li><li>• Jei žmogus nesusisiekė su šeimos gydytoju, gaukite šeimos gydytojo vardą ir telefono numerį ir susisiekite su gydytoju prastai besijaučiančio asmens vardu</li><li>• Jei su šeimos gydytoju susisiekti neįmanoma, skambinkite pagalbos tarnybai</li></ul>
<b>Ką daryti, jei žmogus yra silpnas ir jam reikalinga pagalba pristatant prekes?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nustatykite, kur yra virtuvė ir nuneškite prekes / kurą į virtuvę</li><li>• Iškraukite prekes, įsitikindami, kad žmogus gali jas pasiekti</li><li>• Išeikite iš namų ir atsitraukite per 2 metrus</li><li>• Patikinkite žmogų, kad būnant namuose su juo bus palaikomas ryšys ir tęsiamas prekių pristatymas</li></ul>
<b>Ką daryti, jei žmogus neatsako?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jei žmogus neatsako, paskambinkite kontaktiniu telefono numeriu</li><li>• Jei žmogus neatsiliepia, susisiekite su vietos valdžios institucija ir paprašykite papildimų kontaktinių telefono numerių</li><li>• Kelis kartus nesėkmingai pabandžius prisiskambinti žmogui kreipkitės į pagalbos tarnybą</li><li>• Būkite prie gyvenamosios vietos, kol atvyks pagalbos tarnyba</li><li>• Susisiekite su vietos valdžios institucija ir praneškite apie situacijos baigtį ir naujausią informaciją apie asmenį</li></ul>



## Rekomendacijos žmonėms, kuriems reikalinga pagalba

### KAIP TURITE ELGTIS?

- **Nepamirškite**, kad prireikus pagalbos ir patarimų tereikia paskambinti telefonu.
- **Žinokite** gyvybiškai svarbias paslaugas teikiančių tarnybų kontaktinius telefono numerius ir turėkite šiuos telefono numerius šalia.
- **Palaikykite** ryšį su kaimynais.
- **Nepažįstamam** asmeniui paskambinus durų skambučiu paprašykite parodyti asmens dokumentą. Sudvejoję paskambinkite organizacijai, kurią asmuo teigia atstovaujantis, ir paprašykite patvirtinimo.
- **Nepamirškite** išlaikyti fizinį atstumą nutoldami nuo kitų žmonių per 2 metrus.
- **Laikykitės** taisyklių, nurodančių, kaip reikia plauti rankas, kosėti ar čiaudėti į sulenktą alkūnę ar servetėlę.

### KAIP TURITE NESIELGTI?

- **Neatidarykite** durų nepažįstamiems asmenims, jei jaučiate, kad tai daryti yra nesaugu.
- **Nespauskite** rankų jus lankantiems žmonėms.
- **Neįsileiskite** į namus nepažįstamų žmonių, jei to daryti nėra privaloma.
- **Asmeniškai** ar telefonu nesuteikite JOKIOS asmeninės informacijos, įskaitant informaciją apie kredito / debeto kortelę žmonėms, kurių nepažįstate.
- **Nebendruokite** su kitais pažeidžiamais bendruomenės nariais, jei jums pasireiškė bet kurie ligos simptomai.
- **Nesibaiminkite** melagingos informacijos socialinėje žiniasklaidoje, laikykitės HSE rekomendacijų.