



Koronawirus
COVID-19
Program
krajowy

Forum społecznościowe „Community Call”

Porady i dane kontaktowe
dla Twojego hrabstwa

Mobilizacja zasobów, łączenie społeczności



Codzienne aktualizacje na stronie
www.gov.ie/communitycall
www.hse.ie



Rialtas na hÉireann
Government of Ireland

Forum społecznościowe „Community Call”

Jesteśmy w tym razem – „We’re in this together”

W ramach reakcji rządu na kryzys wywołany przez COVID-19 Twoje władze lokalne (rada) utworzyły **forum społecznościowe COVID-19**. Twoje forum lokalne współpracuje z agencjami państwowymi oraz grupami społecznościowymi i ochotniczymi, w celu zapewnienia wsparcia lub usług każdej potrzebującej osobie narażonej na zarażenie się koronawirusem.

Twoje forum łączy różne organizacje w celu świadczenia ważnych usług, takich jak:

- odbiór i dostawa niezbędnych artykułów, takich jak żywność, dostawa posiłków „meals on wheels”, artykuły gospodarstwa domowego, paliwo lub lekarstwa (zgodnie z wytycznymi)
- wsparcie, jeśli doświadczasz izolacji społecznej lub pozostajesz pod szczególną ochroną („cocooning”)

Jeśli potrzebujesz pomocy, jeśli znasz kogoś, kto potrzebuje pomocy, lub jeśli chcesz zaoferować pomoc, skorzystaj z numerów lub adresów e-mail władz lokalnych (rady) wymienionych w niniejszej ulotce.

Pozostawanie pod szczególną ochroną „cocooning”

Niektóre osoby w lokalnych społecznościach pozostają pod szczególną ochroną. Oznacza to, że muszą pozostać w domu i unikać bezpośredniego kontaktu (wytyczne dotyczące zdrowia publicznego mogą ulec zmianie). To najlepszy sposób na spowolnienie rozprzestrzeniania się wirusa COVID-19 i ochronę ludzi szczególnie narażonych na zarażenie się koronawirusem.

Kto pozostaje pod szczególną ochroną?

- Osoby w wieku 70 lat lub starsze.
- Ludzie w domach opieki lub przebywający pod opieką długoterminową.
- Osoby z poważnymi schorzeniami, takimi jak: osoby po przeszczepach narządów, osoby leczone z powodu raka, z ciężkimi chorobami układu oddechowego, oraz z rzadkimi chorobami, które zwiększają ryzyko infekcji.
- Kobiety w ciąży z poważnymi chorobami serca.



Informacje Kontaktowe

Niniejsza tabela zawiera numery infolinii oraz adresy emailowe dla wszystkich obszarów

CONNACHT

Władze lokalne	Infolinia	Adres email
Galway City	1800 400 150	covidsupport@galwaycity.ie
Galway County	1800 928 894 / 091 509 390	covidsupport@galwaycoco.ie
Leitrim	1800 852 389	covidsupport@leitrimcoco.ie
Mayo	094 906 4660	covidsupport@mayococo.ie
Roscommon	1800 200 727	covidsupport@roscommoncoco.ie
Sligo	1800 292 765	covidsupport@sligococo.ie

DUBLIN

Władze lokalne	Infolinia	Adres email
Dublin City	01 222 8555	covidsupport@dublincity.ie
Dún Laoghaire-Rathdown	01 271 3199	covidsupport@dlrcoco.ie
Fingal	1800 459 059	covidsupport@fingal.ie
South Dublin	1800 240 519	covidsupport@sdblincoco.ie

MUNSTER

Władze lokalne	Infolinia	Adres email
Clare	1800 203 600	covidsupport@clarecoco.ie
Cork City	1800 222 226	covidsupport@corkcity.ie
Cork County	1800 805 819	covidsupport@corkcoco.ie
Kerry	1800 807 009	covidsupport@kerrycoco.ie
Limerick City and County	1800 832 005	covidsupport@limerick.ie
Tipperary	076 106 5000	covid19@tipperarycoco.ie
Waterford City and County	1800 250 185	covidsupport@waterfordcouncil.ie



LEINSTER POZA DUBLINEM

Władze lokalne	Infolinia	Adres email
Carlow	1800 814 300	covidsupport@carlowcoco.ie
Kildare	1800 300 174	covidsupport@kildarecoco.ie
Kilkenny	1800 500 000	covidcommunity@kilkennycoco.ie
Laois	1800 832 010	covidsupport@laoiscoco.ie
Longford	1800 300 122	covidsupport@longfordcoco.ie
Louth	1800 805 817	covidsupport@louthcoco.ie
Meath	1800 808 809	covidsupport@meathcoco.ie
Offaly	1800 818 181	covidsupport@offalycoco.ie
Westmeath	1800 805 816	covidsupport@westmeathcoco.ie
Wexford	053 919 6000	covidsupport@wexfordcoco.ie
Wicklow	1800 868 399	covidsupport@wicklowcoco.ie

ULSTER

Władze lokalne	Infolinia	Adres email
Cavan	1800 300 404	covidsupport@cavancoco.ie
Donegal	1800 928 982	covidsupport@donegalcoco.ie
Monaghan	1800 804 158	covidsupport@monaghancoco.ie

ALONE KRAJOWA INFOLINIA: 0818 222 024

ALONE, krajowa organizacja charytatywna dla osób starszych, współpracuje z każdym Forum Społecznościowym COVID-19. Jeśli potrzebujesz informacji, wsparcia lub po prostu chcesz porozmawiać, możesz do nich zadzwonić pod numer telefonu 0818 222 024. Możesz także skontaktować się z ALONE, jeśli masz problemy ze zdrowiem fizycznym i psychicznym, finansami, samotnością lub inne.



Porady dla osób udzielających wsparcia

Nawiązanie kontaktu	<ul style="list-style-type: none">• Skontaktuj się z daną osobą, aby potwierdzić wizytę• Zadzwoń do tej osoby po przyjeździe przed jej dom• Zdezynfekuj ręce przed opuszczeniem pojazdu• Zadzwoń do drzwi lub zapukaj głośno i cofnij się o 2 metry• Poinformuj daną osobę, kim jesteś, podaj powód wizyty i pokaż swój dowód tożsamości
Po przybyciu	<ul style="list-style-type: none">• Poproś daną osobę, aby przeszła do innego pokoju• Przenieś przedmioty poza próg domu• Jeśli konieczne jest wejście do domu, należy postępować zgodnie z wytycznymi dotyczącymi szczególnej ochrony w sprawie dezynfekcji rąk i zachowania dystansu fizycznego
Wychodząc	<ul style="list-style-type: none">• Potwierdź godzinę i datę następnej wizyty• Zapewnij daną osobę, że kontakt i dostawy zostaną zachowane, dopóki będzie musiała pozostać w domu• Zdezynfekuj ręce przed powrotem do pojazdu• Potwierdź wizytę oraz samopoczucie osoby którą odwiedziłeś telefonicznie lub e-mailowo
Co jeśli osoba jest chora?	<ul style="list-style-type: none">• Jeśli osoba zgłosi złe samopoczucie, zapytaj, czy skontaktowała się z lekarzem rodzinnym• Jeśli dana osoba nie skontaktowała się z lekarzem rodzinnym, uzyskaj nazwisko i numer lekarza i zrób to w jej imieniu• Jeśli nie można się skontaktować z lekarzem rodzinnym, zadzwoń na pogotowie
Co zrobić, jeśli osoba jest słaba i potrzebuje pomocy?	<ul style="list-style-type: none">• Zobacz gdzie jest kuchnia i wnieś towary• Rozładuj towary, upewniając się, że są one dostępne dla tej osoby• Opuść dom i cofnij się o 2 metry• Zapewnij tę osobę, że kontakt i dostawy zostaną utrzymane, dopóki pozostanie ona w domu
Co jeśli nie ma odpowiedzi?	<ul style="list-style-type: none">• Jeśli nie ma odpowiedzi, zadzwoń pod numer kontaktowy• Jeśli nie ma odpowiedzi, skontaktuj się z lokalnymi władzami w celu uzyskania dodatkowych numerów kontaktowych• Po licznych próbach skontaktowania się z daną osobą bez powodzenia, zadzwoń na pogotowie, aby uzyskać dalszą pomoc• Pozostań w miejscu zamieszkania tej osoby do czasu przybycia służb ratunkowych• Skontaktuj się z lokalnymi władzami w celu opisanie sytuacji oraz przekazania aktualnych informacji na temat danej osoby



Porady dla osób potrzebujących wsparcia

TAK

- Pamiętaj, że pomoc i porady są dostępne telefonicznie
- Zanotuj numery kontaktowe ważnych usług i miej je pod ręką.
- Pozostań w kontakcie z sąsiadami.
- Poproś o potwierdzenie tożsamości, jeśli nieznajomy zadzwoni do drzwi. W razie wątpliwości skontaktuj się z organizacją, którą rzekomo reprezentuje, w celu weryfikacji.
- Pamiętaj, aby zachowywać dystans fizyczny przynajmniej 2 metrów między Tobą a innymi ludźmi.
- Przestrzegaj wskazówek dotyczących mycia rąk oraz kichania i kaszlu w zgięcie łokcia lub w chusteczkę

NIE

- **Nie** otwieraj drzwi komuś, kogo nie znasz, chyba że czujesz się bezpiecznie.
- **Nie** podawaj dłoni nikomu, kto przychodzi do drzwi.
- **Nie** wpuszczaj nikogo do domu, chyba że go znasz lub jest to absolutnie konieczne.
- **Nie** podawaj **ŻADNYCH** danych osobowych, w tym danych bankowych ani karty kredytowej / debetowej, komuś, komu nie ufasz – ani osobiście ani przez telefon.
- **Nie** wchodź w interakcje z innymi osobami z Twojej społeczności które są narażone na zarażenie się koronawirusem, jeśli masz jakiegokolwiek objawy choroby.
- **Nie** przejmuj się **fałszywymi informacjami** w mediach społecznościowych - trzymaj się wskazówek HSE.