

COVID-19

STÂND ACASĂ • STÂND ÎN SIGURANȚĂ • PRIMIND SPRIJIN

Această broșură descrie cine ar putea avea nevoie de ajutor suplimentar în perioada epidemiei de Covid-19; cum să accesați acest sprijin; și cum puteți ajuta în cadrul comunității dvs. dar în același timp menținându-vă în siguranță.

Pe timp ce trece, nevoile noastre s-ar putea schimba. Păstrați această broșură într-un loc sigur.

CINE AR PUTEA AVEA NEVOIE DE SPRIJIN SUPLIMENTAR?

Persoanele care se ‘protejează’

- Vă încadrați în acest grup dacă aveți o condiție medicală anume. Veți fi primit o scrisoare de la Ofițerul Medical Șef spunându-vă acest lucru.
- Protecție înseamnă că **trebuie să vă autoizolați strict timp de 12 săptămâni.**

Dacă aveți nevoie de alimente livrate la domiciliu deoarece vă Protejați și locuiți singur(ă) sau nu puteți obține provizii din alte motive:

- trimiteți mesaj text la linia de asistență națională la numărul **07860 064525** pentru a aranja livrarea de alimente. Trebuie să trimiteți mesaj de pe propriul telefon – dacă nu aveți telefon mobil sau nu sunteți sigur(ă) cum funcționează acest serviciu, sunați-ne la numărul **0345 30 111 00** și putem trimite detaliile dvs. la Guvernul Scoțian. Nu rugați prieteni sau rude să trimită mesaj de pe telefonul lor în numele dvs. deoarece cererea nu se va înregistra;

- NHS-ul (Serviciul Național de Sănătate) va aranja livrarea medicamentelor dvs. – dacă aveți nevoie de sprijin suplimentar pentru luarea medicamentelor, trimiteți un email la CommunitySupport@pkc.gov.uk sau sunați la numărul **0345 30 111 00**.

Dacă sunteți în oricare dintre grupurile de mai jos și aveți nevoie de sprijin suplimentar, trimiteți un email la CommunitySupport@pkc.gov.uk sau sunați la numărul **0345 30 111 00**. Primăria Perth & Kinross face tot posibilul să vă potrivească cu un grup local de voluntari din zona dvs. care v-ar putea ajuta.

Adulți și familii

Sunteți în acest grup dacă:

- sunteți un adult care trebuie să se auto-izoleze și nu aveți sprijin familial sau un pachet de îngrijire la domiciliu care să vă ajute;
- sunteți o familie care trebuie să se auto-izoleze și sunteți sprijiniți de Serviciile pentru Copii, Tineri și Familii (asistență socială și asistență pentru tineri).

Chiriași ai Primăriei sau ai Locuințelor Sociale

Sunteți în acest grup dacă:

- sunteți un chiriaș al Primăriei/unei locuințe sociale sau locuiți într-o cazare temporară de urgență și trebuie să vă auto-izolați;
- nu aveți sprijin familial sau un pachet de îngrijire la domiciliu care să vă ajute.

Dacă închiriați locuința de la un particular, ar trebui să contactați proprietarul direct.

Dacă nu sunt în aceste grupuri dar trebuie să mă auto-izolez și nu am alt sprijin?

- Trimiteți un email la CommunitySupport@pkc.gov.uk sau sunați la numărul **0345 30 111 00**. Primăria Perth & Kinross face tot posibilul să vă potrivească cu un grup local de voluntari din zona dvs. care v-ar putea ajuta.

NU UITAȚI!

- Dacă vă auto-izolați, urmați sfaturile de pe www.nhsinform.scot
- **Chiar dacă vă auto-izolați sau nu, stați la o distanță de 2 metri de oricine care nu locuiește cu dvs.**
- **Stați acasă** cu excepția situației în care ieșiți din casă din motive esențiale – să faceți sport o dată pe zi, pentru cumpărături sau să mergeți la muncă dacă rolul dvs. este unul esențial.
- Spălați-vă pe mâini timp de cel puțin 20 de secunde, cât de des posibil, și mai ales dacă ați fost afară.

VOLUNTARIATUL ÎN COMUNITATEA DVS.

- Voluntarii care s-au înregistrat cu Primăria Perth & Kinross vor avea o legitimație pentru a o arăta celor pe care îi ajută.
- **Oferiți-vă ca voluntar doar dacă vă simțiți bine și o puteți face în siguranță.**
- Nu vă oferiți să luați mai mult decât știți că puteți face.

- Dacă vreți să faceți muncă de voluntariat pentru cei cu nevoi sau dacă faceți parte dintr-un grup comunitar care deja ajută oamenii în comunitate și vreți să vă înregistrați cu Primăria Perth & Kinross, vă rugăm să completați formularul pe:

my.pkc.gov.uk/service/Volunteer_during_COVID_19

Dacă cineva v-a oferit ajutor dar nu sunteți sigur(ă) dacă persoana este reală, contactați Primăria la CommunitySupport@pkc.gov.uk sau sunați la numărul **0345 30 111 00** pentru a verifica dacă persoana este înregistrată ca voluntar. Pentru mai multe informații despre cum să evitați escrocheriile, intrați pe www.pkc.gov.uk și scrieți 'scams' (escrocherie) în bara de căutare.



Am creat fișe informative despre distanțarea socială și despre Coronavirus în diverse limbi – vă rugăm să intrați pe www.pkc.gov.uk/coronavirus iar variantele sunt în partea dreaptă. Dacă știți pe cineva care are nevoie de aceste informații sub alt format alternativ, spuneți-ne trimițând un email la CommunitySupport@pkc.gov.uk sau sunând la numărul **0345 30 111 00**.