

# Pomoc seniorům, chronicky nemocným a lidem s handicapem v době nouzového stavu v souvislosti s výskytem koronaviru



## Doporučení pro občany:

1. V zájmu vlastního zdraví omezte pohyb na veřejných místech a osobní kontakt s lidmi. I k lékaři až po telefonické domluvě!
2. Požádejte své blízké / sousedy o zajištění základního nákupu (potraviny, léky, zdravotní pomůcky, drogérie, ...).
3. Rodinná ani sousedská výpomoc není možná? Obratěte se na obecní úřad na tel. **VČELÁKOV tel. 724 182 115**. Jeho pracovník s Vámi situaci probere a pomoc zajistí.
4. Pohybuje-li se na veřejných prostranstvích (např. při venčení psa), používejte respirátor / roušku / šátek přes obličej nebo se alespoň vyhýbejte přímému kontaktu s dalšími lidmi. Dbejte přitom na hygienu, dezinfikujte!
5. Buděte v telefonickém či video kontaktu se svými blízkými. Máte-li obavy, promluvte si o tom s nimi. Nepomáhá to? Zavolejte na Linku důvěry Pardubického kraje, tel. 465 52 42 52 nebo na bezplatnou Linku důvěry Senior telefon, tel. 800 157 157.