



Coronavirus  
**COVID-19**  
Programul  
național

# Sprijin comunitar

Recomandări și  
informații de contact  
pentru țara dvs.

Mobilizăm resurse, conectăm comunități



**Pentru actualizări zilnice, vizitați**  
[www.gov.ie/communitycall](http://www.gov.ie/communitycall)  
[www.hse.ie](http://www.hse.ie)



**Rialtas na hÉireann**  
Government of Ireland

# Sprijin comunitar

## Împreună vom reuși

Ca parte a răspunsului Guvernului la criza COVID-19, autoritatea dvs. locală (consiliul local) a înființat **Forumul de sprijin comunitar pentru COVID-19**. Forumul dvs. local colaborează cu agențiile de stat și grupurile comunitare și de voluntari, pentru a asigura suport și servicii tuturor persoanelor vulnerabile care au nevoie de acestea.

**Forumul dvs. aduce la un loc diferite organizații, pentru a furniza servicii precum:**

- colectarea și furnizarea de produse esențiale, cum ar fi alimente, „mese pe roți” (mâncare livrată la domiciliu), produse de uz casnic, carburant sau medicamente (conform îndrumărilor)
- suport, dacă vă simțiți izolat(ă) sau sunteți în izolare (cocooning)

**Dacă aveți nevoie de ajutor, dacă știți pe cineva care are nevoie de ajutor sau dacă doriți să ajutați, folosiți numerele de telefon sau adresa de e-mail a autorității locale (consiliului local) menționate în această broșură.**

## Cocooning (Izolarea)

Unele persoane din comunitatea locală sunt izolate (cocooning). Aceasta înseamnă că trebuie să stea acasă și să evite contactul față-în-față (recomandările oficialilor pentru sănătate publică se pot modifica). Aceasta este cea mai bună metodă de încetinire a răspândirii virusului care cauzează COVID-19 și de a se proteja.

**Cine trebuie să se izoleze (cocooning)?**

- Persoanele cu vârsta de 70 de ani și peste
- Persoanele care locuiesc în cămine sau centre de îngrijire pe termen lung
- Persoanele care suferă de afecțiuni medicale grave, cum ar fi: persoanele care au făcut transplant de organe, care urmează un tratament pentru cancer, care suferă de afecțiuni respiratorii grave, de boli rare care cresc riscul de infecții.
- Femeile însărcinate care suferă de afecțiuni cardiace semnificative.



## Informații de contact

În acest tabel puteți găsi numerele de telefon pentru asistență și adresele de e-mail pentru fiecare zonă.

### CONNACHT

Autoritatea dvs. locală	Nr. linie de asistență	Adresa de e-mail
Orașul Galway	1800 400 150	covidsupport@galwaycity.ie
Comitatul Galway	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

Autoritatea dvs. locală	Nr. linie de asistență	Adresa de e-mail
Orașul Dublin	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

Autoritatea dvs. locală	Nr. linie de asistență	Adresa de e-mail
Clare	1800 203 600	covidsupport@clarecoco.ie
Orașul Cork	1800 222 226	covidsupport@corkcity.ie
Comitatul Cork	1800 805 819	covidsupport@corkcoco.ie
Kerry	1800 807 009	covidsupport@kerrycoco.ie
Orașul și comitatul Limerick	1800 832 005	covidsupport@limerick.ie
Tipperary	076 106 5000	covid19@tipperarycoco.ie
Orașul și comitatul Waterford	1800 250 185	covidsupport@waterfordcouncil.ie



## PROVINCIA LEINSTER, FĂRĂ DUBLIN

Autoritatea dvs. locală	Nr. linie de asistență	Adresa de e-mail
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

Autoritatea dvs. locală	Nr. linie de asistență	Adresa de e-mail
Cavan	1800 300 404	covidsupport@cavancoco.ie
Donegal	1800 928 982	covidsupport@donegalcoco.ie
Monaghan	1800 804 158	covidsupport@monaghancoco.ie

## LINIA DE ASISTENȚĂ NAȚIONALĂ ALONE: 0818 222 024

ALONE este o organizație caritabilă pentru persoane în vârstă și se alătură oricărui Forum de sprijin comunitar pentru COVID-19. Dacă aveți nevoie de informații, reasigurări sau doar doriți să discutați cu cineva, puteți suna la nr. 0818 222 024. De asemenea, puteți contacta organizația ALONE dacă vă confrunțați cu probleme de sănătate fizică sau mentală, cu probleme financiare, dacă suferiți de singurătate sau întâmpinați alte probleme.



## Recomandări pentru persoanele care oferă ajutor

<b>Pregătirea pentru întâlnire</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Contactați persoana pentru a vă confirma vizita</li><li>• Sunați persoana când ajungeți în fața casei sale</li><li>• Igienizați-vă mâinile înainte de a ieși din mașină</li><li>• Sunați la sonerie sau bateți la ușă cu putere și dați-vă în spate 2 metri</li><li>• Spuneți persoanei cine sunteți, motivul pentru care o vizitați și arătați-i actul de identitate</li></ul>
<b>După ce ați ajuns</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rugați persoana să meargă în altă cameră</li><li>• Lăsați produsele în interiorul locuinței, lângă ușă</li><li>• Dacă este absolut necesar să intrați în locuință, respectați regulile de izolare (cocooning-ul) privind spălatul pe mâini și distanța fizică</li></ul>
<b>Când plecați</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stabiliți data și ora vizitei următoare</li><li>• Reasigurați persoana că veți păstra legătura cu ea și că livrările de produse vor continua cât timp rămâne acasă</li><li>• Igienizați-vă mâinile înainte de a urca în mașină</li><li>• Confirmați telefonic sau prin e-mail vizita și bunăstarea persoanei respective</li></ul>
<b>Ce trebuie făcut dacă persoana nu se simte bine?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dacă persoana vă spune că nu se simte bine, întrebați-o dacă a luat legătura cu medicul de familie</li><li>• Dacă nu a luat legătura cu medicul de familie, rugați-o să vă spună numele și numărul de telefon al acestuia și sunați-l dvs.</li><li>• Dacă medicul de familie nu poate fi contactat, apelați serviciile de urgență</li></ul>
<b>Ce se întâmplă dacă persoana este slăbită și are nevoie de ajutor cu livrarea produselor?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificați unde se află bucătăria și duceți-i alimente/combustibil</li><li>• Descărcați alimentele și asigurați-vă că persoana poate ajunge la ele</li><li>• Părăsiți locuința și dați-vă în spate 2 metri</li><li>• Reasigurați persoana că veți păstra legătura cu ea și că livrările de produse vor continua cât timp rămâne acasă</li></ul>
<b>Ce se întâmplă dacă persoana nu răspunde?</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dacă nu răspunde, sunați la numărul de telefon de contact</li><li>• Dacă nu răspunde, contactați autoritatea locală pentru a primi alte numere de contact</li><li>• După mai multe încercări fără succes de a contacta persoana, apelați serviciile de urgență pentru asistență suplimentară</li><li>• Rămâneți la locuința persoanei până la sosirea serviciilor de urgență</li><li>• Contactați autoritatea locală și informații cu privire la rezultat și la starea persoanei</li></ul>



## Recomandări pentru persoanele care au nevoie de ajutor

### CE SĂ FACEȚI

- Nu uitați că ajutorul și recomandările sunt doar la un apel telefonic distanță.
- Aflați numerele de contact ale serviciilor vitale și țineți-le la îndemână.
- Păstrați legătura cu vecinii.
- Dacă sună un străin la ușă, solicitați-i un act de identitate. Dacă aveți dubii, apelați organizația pe care susține că o reprezintă pentru a verifica.
- Nu uitați respectați distanțarea fizică și să păstrați o distanță de 2 metri între dvs. și alte persoane.
- Respectați îndrumările privind spălătul mâinilor, strănutatul și tușitul în mână sau într-un șervețel.

### CE SĂ NU FACEȚI

- Nu deschideți ușa unei persoane pe care nu o cunoașteți, decât dacă vă simțiți confortabil cu acest lucru.
- Nu dați mâna cu nicio persoană care ar putea veni la ușa dvs.
- Nu permiteți niciunei persoane să intre în locuința dvs., decât dacă o cunoașteți sau este absolut necesar.
- Nu dați **NICIUN** fel de date personale, inclusiv detaliile bancare sau ale cardului dvs. de credit/debit, niciunei persoane în care nu aveți încredere – fie personal sau prin telefon.
- Nu interacționați cu alți membri vulnerabili ai comunității dvs. dacă manifestați orice simptome de boală.
- Nu vă îngrijorați ca urmare a **informațiilor false** de pe rețelele sociale – respectați recomandările HSE.