

KOMMUNSTYRELSEN

Anders Wigelsbo

Med anledning av pandemin covid-19

Virusjukdomen covid-19 sprids i hela världen. Erfarenheter från andra länder visar att de som är 70 år eller äldre tillhör en riskgrupp. Det är mycket viktigt att man skyddar sig själv och andra från att smittas av covid-19.

För att undvika smitta uppmanas alla att begränsa sina nära kontakter. Man bör låta bli att åka med kollektivtrafik eller vistas i lokaler där det finns många människor. Ta hjälp av anhöriga eller grannar för att utträtta ärenden till exempel handla mat.

FRIVILLIGA RESURSGRUPPEN FINNS SOM HJÄLP

Frivilliga Resursgruppen (FRG) kan hjälpa till med att handla mat och mediciner åt personer i riskgrupp. Beställ handlingshjälp genom att ringa 0224-74 70 80. Beställningar tas emot alla dagar, klockan 08.00-18.00.

HÅLL UT – DET GÅR ÖVER

Det är vanligt att känna oro, osäkerhet och ensamhet i en situation då man behöver hålla sig ifrån andra människor. Det man kan göra för att det ska kännas bättre är till exempel att gå ut på promenader i naturen och tala i telefon med nära och kära. Åtgärderna för att begränsa nära kontakter är under en avgränsad tid. Försök att hitta en sysselsättning som är rolig och stimulerande.

LYSSNA TILL MYNDIGHETERNAS REKOMMENDATIONER

För att hålla sig uppdaterad följer man nyhetsrapporteringen via tv, radio och tidningar. Fortsätt att lyssna till Folkhälsomyndighetens rekommendationer och de beslut regeringen tar.

VIKTIGA TELEFONNUMMER

- Allmänna frågor om covid-19, ring 113 13.
- Sjukvårdsrådgivning, besök Vårdguiden, www.1177.se eller ring telefonnummer 1177, linjen är öppen dygnet runt.
- Om du känner oro ring Äldrelinjen, 020-22 22 33. Öppet vardagar 8-19, helger 10-16.
- Vid livshotande tillstånd ring 112.

Ta hand om dig!



Anders Wigelsbo

Kommunstyrelsens ordförande