

ZOSTAŇTE DOMA! ZACHRÁNITE SI ŽIVOT

Na Slovensku nie je zatiaľ zavedený zákaz vychádzania ani pre seniorov, hoci ide o najohrozenejšiu skupinu obyvateľov v súvislosti s Covid-19. Seniori vo veku nad 65 rokov by mali vychádzať z domovov, len ak je to naozaj nevyhnutné. Analytici ministerstva zdravotníctva vypočítali, že až 43 percent nakazených medzi 70. a 79. rokom života bude potrebovať akútnu zdravotnú starostlivosť, teda umelú pľúcnu ventiláciu. Medzi osemdesiatnikmi dosahuje tento podiel až 70 percent.

Lekár najlepšie na telefóne!

Lieky by si seniori mali dať predpísať na diaľku. Požiadať by mali telefonicky alebo mailom o elektronický predpis na čo najdlhší čas - pri väčšine liekov, napríklad na cukrovku, je to dávka na tri mesiace. Pri liekoch s obsahom omamných a psychotropných látok ide zväčša o dávku na jeden mesiac. Ak lekár nechce vystaviť elektronický predpis, koná protizákonne. V takom prípade kontaktujte



KEDY NAKUPOVAŤ? VYUŽITE DONÁŠKU!

A čo nákupy? Seniori majú na nákupy vymedzený čas, od 9. do 12. hodiny. Samozrejme, nariadenie nosiť rúško platí pre všetkých vrátane seniorov. Rúško si treba nasadiť okamžite, keď človek opúšťa svoje bydlisko!

Najlepšou alternatívou je o pomoc poprosiť svojich príbuzných. Môžu vám nakúpiť alebo pomôcť s objednaním potravín na internete aj s donáškou domov. Vďaka projektu Stiebro spoločnosti a studňa múdrosti to mnohí prešovskí seniori už aj využívajú.

Mesto Prešov **pomáha seniorom s donáškou obedov, nákupmi potravín, drogerie a liekov.** Takúto pomoc v čase trvania mimoriadnej situácie postupne rozširujeme o ďalšie znevýhodnené skupiny obyvateľov.

V prípade, že patríte do rizikovej skupiny osôb vo veku nad 65 rokov alebo pozná-

te niekoho, kto vo vašom okolí potrebuje pomoc, napríklad vo forme nákupu potravín, drogerie alebo liekov, môžete sa obrátiť na pracovníčky MsÚ na Referáte klientskeho centra, tel. č.: 051/3100 517.

Prijímatelia pomoci, ktorým je poskytovaná opatrovateľská služba a seniori vo veku nad 65 rokov, ktorí požiadajú o nákup potravín, sú povinní si počas prítomnosti opatrovateľky alebo počas prítomnosti dobrovoľníkov, **chrániť tvár rúškom alebo šatkou.**

Mesto Prešov v spolupráci so SČK ÚS zabezpečuje v pracovných dňoch **dovoz obedov do domácností pre seniorov, ktorí majú trvalý pobyt v meste Prešov.** Obedy je možné objednať si deň vopred, alebo najneskôr v ten istý deň do 7:30 hod. **na tel. č.: 0948 661 668, 0903 558 937.** Zároveň môžete využiť aj nevyhnutnú domácu ošetrovateľskú starostlivosť (ADOS), ktorú si môžete dohodnúť na tel. č.: 0948 665 662.

zdravotnú poisťovňu, ktorá pomôže nájsť lekára, ktorý elektronický predpis vystaví.

Lieky na elektronický predpis pre seniorov môže vyzdvihnúť v lekární príbuzný či známy. Stačí, ak ukáže preukaz zdravotného poistenia daného pacienta.

A čo v prípade, ak majú seniori u lekára dohodnutý termín? Ak to nie je nevyhnutné, a to platí aj vtedy, ak ide o lekárov špecialistov. Všetko však závisí od zdravotného stavu. Radšej dopredu zavolajte do ambulancie a poraďte sa, či sa návšteva u lekára nedá odložiť.

Ilustračné foto: www

AKO UDRŽIAVAŤ KONTAKT S RODINOU, SO SUSEDMI, ZNÁMYMI?

Samota je zlá, no dnes má cenu života! Koronavírus veľmi nepríjemne zasiahol do života seniorov, ktorí sa stali jednou z najohrozenejších skupín. Zdolať ho musia v izolácii od svojich najbližších - detí či vnúčat. Ako zvládať samotu? Telefonujte, skypujte, chatujte s príbuznými či priateľmi!

