

# Vážení senioři, potřebujete pomoci a nemáte se na koho obrátit?

Volejte Linky pomoci pro tišnovské seniory:

# 734 175 031, 734 175 032

(od 8 do 14 hod)

**OBRAŤTE SE PRO POMOC** – Starší lidé patří mezi nejvíce ohrožené skupiny vzhledem k důsledkům možné nákazy koronavirem. Senioři by nyní měli zůstat doma a vycházet zcela výjimečně. Senioři by také měli kontaktovat své známé ohledně pomoci s nákupem. Pro ty seniory, kteří se nemají na koho obrátit s žádostí o pomoc, zřídilo město Tišnov **Linky pomoci pro tišnovské seniory: 734 175 031, 734 175 032** (od 8 do 14 hod), příp. e-mailem: [seniori@tisnov.cz](mailto:seniori@tisnov.cz). Volat můžete především, pokud Vám nemá kdo **nakoupit potraviny** či **vyzvednout léky**.

**NECHTE SI POSLAT RECEPT** – eRecepty mohou lékaři posílat e-mailem nebo na telefon, není třeba zbytečně chodit do ordinací. Pokud máte s eReceptem potíže, kontaktujte **Linky pomoci pro tišnovské seniory: 734 175 031, 734 175 032** (od 8 do 14 hod), příp. e-mailem: [seniori@tisnov.cz](mailto:seniori@tisnov.cz).

**NECHTE SI POSLAT JÍDLO** – Nadále rozvází seniorům **obědy** pečovatelská služba Centra sociálních služeb Tišnov, příspěvková organizace, a to nově v jednorázových obalech. Změna je pouze v tom, že nyní z hygienických důvodů nejsou používány jídlonosiče, ale právě jednorázové obaly, ve kterých dostane klient polévku i hlavní jídlo. **V současné době není zapotřebí čerpat další úkony pečovatelské služby, zájemci mohou využívat pouze rozvozu obědů.** Pokud máte zájem o zajištění obědů přes Centrum sociálních služeb Tišnov, příspěvková organizace můžete volat na tel. č. 549 410 312 nebo na e-mail: [pece@css-tisnov.cz](mailto:pece@css-tisnov.cz).

**POKUD OPRAVDU MUSÍTE, VYCHÁZEJTE VE VHODNÝ ČAS** – Pokud jste senioři, a i přes doporučení zůstat doma si chcete jít sami nakoupit, **zvolte dobu mezi 9. a 11. hodinou dopoledne**, kdy jsou obchody prázdnější.

**CO KDYŽ CHYBÍ ROUŠKY?** Pokud máte příznaky onemocnění, nemůžete sehnat rouškou a nechcete nakazit okolí, **zkuste si vyrobit provizorní roušku z bavlněné tkaniny nebo šátku.** Je to lepší než nic.

V případě nouze lze pro pomoc volat také **Městskou policii Tišnov, tel.: 603 577 252.**



## Společně nákazu zvládneme!

Aktualizované informace k mimořádným opatřením v Tišnově najdete vždy na [www.tisnov.cz](http://www.tisnov.cz).

