

Thông tin quan trọng về vi rút Corona

Chào các người dân Helsingborg!

Vi rút Corona đang gây ảnh hưởng đến tất cả chúng ta. Không chỉ là về bản thân vấn đề vi rút mà nó còn làm cho cuộc sống của chúng ta bị thay đổi cùng với các hạn chế được áp đặt. Để tạo điều kiện dễ dàng hơn cho cuộc sống hàng ngày của bạn trong giai đoạn này thì Thành phố Helsingborg đã tổng hợp một số lời khuyên và gợi ý sau.

Để bạn nhận được thông tin xác thực

Đúng lúc này đang lan truyền rất nhiều thông tin không chính xác về vi rút Corona và về dịch covid -19.

Trên trang helsingborg.se chúng tôi đã thu thập thông tin chính xác về những gì mà Thành phố đang làm để xử lý tình huống. Trên trang này bạn cũng sẽ tìm thấy những địa chỉ liên kết đến các cơ quan có thẩm quyền để biết thêm thông tin về vi rút Corona và về dịch covid -19.

Bạn cũng có thể liên hệ với Thành phố tự quản qua Trung tâm liên lạc Helsingborg (Kontaktcenter) qua số máy 042-10 50 00.

Nếu bạn có những câu hỏi về vi rút bạn có thể gọi đến số máy 113 13.

Những người cao tuổi – chú ý chăm sóc bản thân mình

Theo Cơ quan bảo vệ sức khỏe dân chúng thì vi rút có thể gây hậu quả đặc biệt nghiêm trọng cho ông/bà là người trên 70 tuổi hay là cho ông/bà thuộc nhóm được gọi là nhóm dễ bị nhiễm bệnh. Ông/bà nên hết sức thận trọng và tránh các tiếp xúc xã hội, không chỉ vì lợi ích của riêng ông/bà mà còn vì lợi ích của xã hội. Tất cả chúng ta ai cũng phải chung tay giúp đỡ để giảm số người nhiễm bệnh buộc cần phải có sự chăm sóc đặc biệt. Nếu ông/bà cần giúp đỡ đi mua đồ ăn hay mua thuốc thì ông/bà có thể nhận được sự giúp đỡ đó qua Trung tâm liên lạc Helsingborg (Kontaktcenter), số điện thoại 042-10 50 00.

Tất nhiên ông/bà vẫn có thể tiếp tục đi ra ngoài và đi dạo dưới ánh mặt trời mùa xuân, không khí trong lành và ánh sáng mặt trời rất tốt cho sức khỏe.

Bạn có cần giúp đỡ không hay bạn có muốn giúp đỡ một người nào khác không?

Bạn có thể tự yêu cầu giúp đỡ hay muốn giúp đỡ người khác qua ứng dụng Nyby (appen Nyby). Bạn có thể tìm thấy thêm thông tin trên trang: helsingborg.se hoặc nếu không bạn có thể liên hệ với Trung tâm liên lạc Helsingborg. Nếu bạn cảm thấy yên tâm với công nghệ vi tính thì bạn có thể tải ứng dụng Nyby về. Ở đó bạn có thể liên lạc với những người cần giúp đỡ hay là tự đăng ký là bạn cần được giúp đỡ.

Khi bạn cảm thấy không an toàn

Dù là trẻ hay già, chúng ta ai cũng có thể cảm thấy cô độc và lo sợ trong tình huống như thế này - bởi đủ loại lý do khác nhau. Và cảm giác này có thể đến bất cứ lúc nào. Nếu là một người cao tuổi và muốn nói chuyện với một người nào đó vì cảm

thấy quá cô đơn thì nên liên lạc với một trong những địa điểm gặp gỡ của thành phố (träffpunkter).

Ông/bà tìm thấy những địa điểm này qua địa chỉ: helsingborg.se/traffpunkter

Dám quan tâm đến những người hàng xóm của bạn

Trong những thời điểm này khi chúng ta có nhiều thời gian ở nhà cùng với nhau thì đối với một số gia đình điều đó có thể dẫn đến sự bất lực, thất vọng và lo lắng. Nếu bạn lo lắng quan tâm về một người nào đó đang bị đối xử tàn tệ thì bạn có thể làm thay đổi điều đó. Trên trang: huskurage.se có những hướng dẫn đơn giản về bạn có thể giúp đỡ gì trong những tình huống như vậy. Nếu bạn cần có sự giúp đỡ khẩn cấp thì bạn liên lạc với Ban thường trực xã hội (Socialjouren) qua số máy 042-10 64 65. Trên trang: helsingborg.se/socialjour, có nhiều thông tin hơn nữa.

Khi bạn là một doanh nhân

Các doanh nhân là những người bị ảnh hưởng nặng nhất bởi những hạn chế được áp đặt do sự khủng hoảng gây ra. Thành phố tự quản đang cố gắng làm sao cho các doanh nhân thoát khỏi tình huống này với sự thiệt hại thật thấp như có thể. Nhiều thông tin hơn nữa về những nỗ lực mà Thành phố đang làm bạn sẽ tìm thấy trên trang: foretagare.helsingborg.se

Trên trang: helsingborg.se bạn có thể xem ngay cả những thông tin cập nhật về những gì đang diễn ra ở Helsingborg và thậm chí cả những gợi ý những hoạt động bạn có thể tiếng hành ngoài trời. Bạn cũng có thể vào trang Facebook của thành phố Helsingborg để xem những cập nhật về những gì đang diễn ra trong Thành phố.