

V NEMOCNICÍCH V CELÉM KRAJI JE PŘIPRAVEN DOSTATEK LŮŽEK

Lidé v Olomouckém kraji se nemusí obávat, že by se jim při dramatickém nárůstu počtu onemocnění novým typem koronaviru nedostávalo zdravotní péče. Informoval o tom v pátek 27. března se hejtman Ladislav Okleštěk, který se sešel s řediteli všech nemocnic v Olomouckém kraji.

„S řediteli nemocnic pravidelně řešíme především počty lůžek pro zasažené pacienty. V tuto chvíli jich máme

v záloze dvě stě. Dalších sedmdesát je pak možné připojit na plicní ventilátor. Pokud si to situace vyžádá, jsme připraveni kapacitu lůžek ještě navýšit,“ řekl hejtman Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk.

Kromě zástupců nemocnic hejtman každý den komunikuje také se starosty obcí a šéfy krizových štábů. Probíhají i časté videokonference s hejtmany ostatních krajů.

(red)

DĚKUJEME!!!

**Moravský senior
děkuje všem lékařům,
zdravotním sestřám,
hasičům, policistům,
dobrovolníkům,
nadšeným švadlenkám,
dárcům dezinfekčních
prostředků a mnohým
dalším, kteří se
v čase krize podílejí
na vydatné pomoci
všem potřebným.
Jste úžasní, zasloužíte
obrovský obdiv a dík
od nás všech!**

NEJVÍCE OHROŽENÍ JSOU SENIOŘI

Milí senioři,
situace se nevyvinula tak dobře, abyste měli myšlenky na jarní atrakce, ba naopak. Hrozba nakažení novým koronavirem je stále ve vzduchu a mění životy lidí v celé zemi. Ještě nějaký čas bude nutné, abyste na sebe dávali velký pozor. Jde totiž o život, a to bez nadsázky. Co se ještě před několika týdny zdálo jako vzdálené nebezpečí, je teď mezi námi a ohrožuje, bohužel, ponejvíce vás, seniory. Přemýšleli jsme v redakci, jak můžeme pomoci. Rozhodli jsme se, že vydáme speciální přílohu a budeme ji distribuovat spolu s dubnovým vydáním Moravského seniora, v němž jsme vám dali k dispozici obsah v takové podobě, jak jste zvyklí. Už jej mám čerstvě vytištěný před sebou na stole v kanceláři, jak můžete vidět na fotografii. Ale rychle jsme se rozhodli ještě pro tisk přílohy, kterou právě držíte v rukou. Chceme tak přispět k tomu, abyste měli všechny důležité informace a dokázali se vyvarovat nákaze. Karanténa není veselé období, ale věřte, že každý den, který strávíte v bezpečí svého obydlí a nebudete se vystavovat nebezpečným kontaktům, si v budoucnu dobře nahradíte. Jsem si jistý, že to zvládnete. Pevné nervy a ještě pevnější zdraví vám přeje



**Miloslav Kyjevský,
vydavatel a šéfredaktor Moravského seniora**

CHARITA POMÁHÁ SENIORŮM S NÁKUPEM

Desítky prověřených dobrovolníků nasadila olomoucká Charita na pomoc s nákupy seniorům. Potraviny a léky zajišťuje lidem nad 70 let bez rodinného nebo sousedského zázemí.

„Předpokládáme, že jsme schopni denně zásobit stovky klientů,“ uvedl ředitel Charity Petr Prinz. Seniori zaplatí jen cenu nákupu, samotná donáška je zdarma.

Objednávky nákupu potravin nebo drogistického zboží Charita přijímá den předem. „Pro seniory zabezpečujeme dva typy nákupu, ten větší nesmí přesáhnout patnáct kilogramů,“ upozornil Prinz.

Město Olomouc uzavřelo s Charitou smlouvu o zajištění služby seniorům. „Navazujeme na léty prověřený funkční model spolupráce. Charita je dlouhodobým partnerem města, takže se jedná o logické vyústění při reakci na současné potřeby a poptávku,“ řekl po podpisu smlouvy primátor Mirek Žbánek.

Rozvoz léků primárně zajišťují přímo olomoucké lékárny a ve městě funguje i komerční rozvoz potravin a obědů. Pomoc seniorům se zajištěním základních životních potřeb včetně nákupu potravin a léků ukládá městům a obcím nařízení vlády. Službu je možné objednat e-mailem na adrese: nakupy@olomouc.charita.cz. Telefony pro objednání: 604 293 003 a 604 226 834. (red)

MĚSTO SBÍRÁ ROUŠKY, KTERÉ JSTE UŠILI DOMA

S velkým ohlasem se setkala výzva olomoucké radnice k dobrovolníkům, kteří doma šijí roušky. Jen během prvního dopoledne po zveřejnění výzvy přinesli lidé na radnici více než pět stovek ušitých roušek, které pak příslušní pracovníci magistrátu předali podle zájmu dál potřebným lidem a institucím.

Už z prvních dodávek tak mohla radnice uspokojit například požadavky olomouckých sokolů ze Smrčkovy župy, legionářů, klientů i personálu Domova seniorů Pohoda Chválkovice, Městské policie Olomouc a řidičů Dopravního podniku města Olomouce. Na dalších tisíc kusů už čeká Charita. Ta bude dar města dále distribuovat sociálně znevýhodněným občanům, seniorům nebo například lidem bez domova. Doplní tak vlastní produkci a dodávky od občanů, které distribuuje pomocí svých zaměstnanců a dobrovolníků.

Město sběr roušek pojal tak, že nabízí šikovným ženám i mužům, kteří doma látkové roušky připravují, symbolickou odměnu a příspěvek na materiál ve výši 35 korun. Samo je pak dále distribuuje jako dar, tedy bezplatně. Sběr se odehrává bezkontaktně prostřednictvím boxů, umístěných u vstupu do radnice od 8 do 17 hodin. Kdo má zájem o finanční příspěvek, přiloží k balení nejméně 50 kusů roušek i vyplněnou smlouvu. (red)

OLOMOUC SE SPOJILA V BOJI PROTI PANDEMII

Teprve v nynější krizové situaci se ukazuje, kolik dobrého a kreativního se v nás, Olomoučanech, skrývá. Měl jsem vždy za to, že v Olomouci žijí lidé velmi talentovaní, šikovní a také dobrosrdeční. Jenže klid všedních dnů nás mnohdy vede do spousty sporů a polemik, kdy si vyčítáme politické názory, přeme se o to či ono a nemáme čas vnímat celek. Teprve krize dává vyniknout onomu pozitivnímu potenciálu.

Za těch několik týdnů, kdy je Olomouc, stejně jako celá naše země a velká část Evropy, zasažena pandemií vážné infekční nemoci, se odehrává všechno úplně jinak, než na co jsme byli zvyklí. Na radnici se setkávám s lidmi, kteří v rámci práce pro krizový štáb pracují denně do večera, řeší problémy o víkendech a věnují se i tomu, co jejich profesní zařazení původně vůbec neobnášelo. A to platí pro celou společnost. Najednou je podstatné to, co kdo chce dát druhým, co kdo umí,



a kdo případně dokáže ty schopné a ochotné lidi propojit. Denně se tak stává, že nouzi, v níž jsme se ne vlastní vinou ocitli, umíme sami vyřešit lépe než čekáním na nějakou spásu odněkud. Spojují se dobrovolníci, firmy, neziskové organizace i veřejné instituce, a společně dokáží sehnat dostatek roušek i nedostatečnou dezinfekci, vytvoří novou ochrannou masku, společně dohodnou a zajistí distribuci či organizaci dobrovolníků, najdou fungující komunikační kanály k různým generacím lidí, tedy jak k mladším, kteří běžně používají internet, tak i k seniorům, zvyklým na televizi či rozhlas.

Je to náročné, je to opravdu velmi nezvyklé, ale je to ve výsledku nesmírně obohacující. Ten pocit, že když chceme, dokážeme si vzájemně pomoci a najít společně řešení. Zvládneme to!

**Váš Mirek Žbánek,
primátor Olomouce**

HEJTMAN OKLEŠTĚK: SAMOTA NÁS NEROZDĚLÍ



Vážení čtenáři, je docela možné, že ještě nikdy v novodobé historii nemusela naše společnost projít tak těžkou zkouškou, jakou procházíme právě teď. A já vím, že ještě nikdy v minulosti jsme nebyli více při sobě, než jsme dnes. Nemusíme se přitom ani držet za ruce.

Naprostu si uvědomuji a často myslím na to, jak může současná karanténa vyvolávat hlavně u seniorů pocity smutku a osamocení. Nejsem lékař, ani neumím uzdravovat duše, ale věřím v sílu myšlenky. Možná, že jsme teď spolu v duchu daleko častěji než v době, kdy žádná omezení pohybu neplatila. A věřte mi, že při každém opatření, které hygienici nebo epidemiologové zavádějí, myslím hlavně na to, jak ochránit vás, naše seniory.

Kdyby vám ani takhle slova podpory nestačila, nebojte se zvednout telefon a zavolat svým dětem, přátelům nebo známým. Uděláte tak radost jim, a hlavně sobě. Nechte si od vnoučat vysvětlit výhody chytrých telefonů a poznejte, jak funguje Skype, Messenger nebo WhatsApp... Když jsem to zvládnul já, zvládnete to také. Pokud se ovšem nechcete pouštět do dobrodružného poznávání nových technologií, určitě pomůže i klasický telefonický kontakt.

Stačí jedno tlačítko, a můžeme být spolu. Stačí jedna myšlenka, a samota nás nerozdělí.

Ladislav Okleštěk,
hejtman Olomouckého kraje

OLOMOUCKÝ KRAJ ROZVÁŽÍ STATISÍCE ROUŠEK

Hejtmanství pokračuje v distribuci ochranných pomůcek lidem, kteří v boji s koronavirem stojí v první linii. Po dohodě s hygieniky a epidemiology šla největší část dodávky zdravotníkům, hasičům, záchranářům a také do sociálních služeb. „Například pracovníci v sociálních službách po celém kraji dostali 150 000 roušek, dalších téměř 50 000 respirátorů a dva tisíce litrů dezinfekce,“ uvedl hejtman Ladislav Okleštěk.

Přibýlo také míst, kde se provádí odběry. Kromě devíti statických, například u nemocnic nebo v lokalitě Nové

Zámky u Litovle, fungují i dvě mobilní stanoviště zdravotnických záchranářů. Díky tomu roste počet testovaných lidí. Stále platí, že o provedení odběru rozhodují hygienici nebo praktičtí lékaři.

„Ve vyhodnocování odebraných vzorků je už kraj zcela soběstačný. Ve spolupráci s fakultní nemocnicí byl spuštěn provoz laboratoře olomoucké Univerzity Palackého, která má kapacitu až tisíc vzorků. Vzorky se testují také v laboratoři prostějovské nemocnice,“ dodal Okleštěk.

(red)

AKTUÁLNÍ INFORMACE COVID-19

INFOLINKA **585 719 719** (denně 9 - 19 hodin)

KrajPomaha.cz



RADY SENIORŮM, JAK SE VYHNOUT NÁKAZE NOVÝM KORONAVIREM

Senioři patří k nejvíce ohroženým skupinám lidí a potřebují ochránit nejen před virem, ale i před strachem a stresem. Je důležité, aby se každý z nás choval co nejméně zodpovědněji a nejhleduplněji. Počítejte s tím, že tento stav může trvat týdny, možná měsíce. Také uvažujte nad tím, co dělat, abychom nemoci odolali. Epidemie moderní doby se šíří i mezi mladými lidmi.

CO MÁM DĚLAT JAKO SENIOR?

- **Vyhnut se kontaktu**
Kontakt s dalšími lidmi velmi zvyšuje riziko nákazy. Můžete chodit na procházky i do obchodu, ale dodržujte preventivní bariérová opatření. V souvislosti s koronavirem se nedoporučuje ani hlídání vnučat.
- **Nepodávejte si ruce**
Klíčové je vyhnout se fyzickému kontaktu s dalšími lidmi. Může se to zdát nezdvořilé, ale pozdravit se lze i jiným způsobem. Totéž platí pro objímání se atp.
- **Omezte zbytečné návštěvy**
Nezvěte si domů návštěvy, pokud to není nezbytně nutné. Aktuálně jsou zakázány návštěvy v domově seniorů, ve zdravotnických zařízeních, v domech s pečovatelskou službou.
- **Nákupy**
Abyste se nemuseli vystavovat kontaktu s desítkami dalších lidí v obchodech, nechte si pomoci s nákupy od rodiny, sousedů, atp. Pokud jste senior a i přes doporučení si chcete jít sami nakoupit, volte dobu, kdy jsou obchody otevřeny pouze pro seniory 65+.

- **Léky**
Aby senior nemusel zbytečně chodit do ordinace, mohou lékaři posílat e-Recepty emailem nebo na telefon. Pokud nemáte chytrý telefon, může vám poskytnout své telefonní číslo někdo z rodiny, soused, atp.
- **Nechte si posílat jídlo**
Firmy jako Rohlík.cz, Košík.cz a i různé restaurace nabízejí roznáškové služby zdarma pro seniory a držitele ZTP.
- **Důsledné dodržování osobní hygieny** (Koronavir se může vylučovat močí i stolicí). Při nákupu používat ochranné rukavice, chránit ústa i nos rouškou, časté mytí rukou (voda kůži na rukou vysušuje, proto je dobré si ruce promazat).

Všichni víme, co s lidmi dokáže stres, proto je důležité, aby se k nám dostávaly zprávy ověřené, pravdivé a zároveň pozitivní, které snad někomu dodají naději. Izolace, která nás postihla, je stresující a může mít vliv na náš zdravotní stav. Seniorům izolace neprospívá. Chybí sociální kontakt i pohyb. Prostřednictvím moderních technologií (skype) mohou zůstat v kontaktu s příbuznými a přáteli, což je v současné situaci nejdůležitější. Důležité je být v kontaktu, bavit se o situaci a eliminovat stres a strach, který je velkým ohrožujícím faktorem. Tato opatření, která teď máme, sice šíření infekce nezaštaví, ale aspoň zpomalí, zdravotníci jsou dobře připraveni a budou vše lépe zvládat. Dnešní situace je vhodnou příležitostí zamyslet se nad přístupem k našemu zdraví.

Stanislava Zavadilová,
odborná zdravotní sestra



Děkujeme všem, kteří dodržují pravidla, pomáhají a pracují pro naše město.

Zvládneme to!



800 606 800

covid19.olomouc.eu