

INSTRUKCJA WYPEŁNIENIA KARTY INFORMACYJNEJ „KOPERTY ŻYCIA”

Kartę informacyjną wypełnij czytelnie najlepiej drukowanymi literami.

Data wypełnienia - wpisz aktualną datę, informacje są ważne przez rok.

Kontakt do najbliższych i wpisz imię, nazwisko, numer telefonu oraz pokrewieństwo osób z którymi należy się kontaktować. Ważne aby osoby te zostały poinformowane, że są wskazane do kontaktu ze służbami medycznymi.

Chorowałem/choruję na - podaj wszystkie zdiagnozowane i potwierdzone przez lekarza choroby (np. cukrzyca, nadciśnienie wraz z okresem leczenia się na wymienione schorzenia).

Przyjmowane leki - wpisz nazwy wszystkich leków przepisanych przez lekarza wraz z ich dawkowaniem, porami przyjmowania, datą od kiedy są przyjmowane oraz miejsce, gdzie są w domu.

Alergie - wpisz informacje o zdiagnozowanych uczuleniach, np. na niektóre leki, pokarmy, pyłki i inne substancje. Dodatkowo możesz włożyć do koperty informacje od lekarza odnośnie posiadanych alergii i uczuleń.



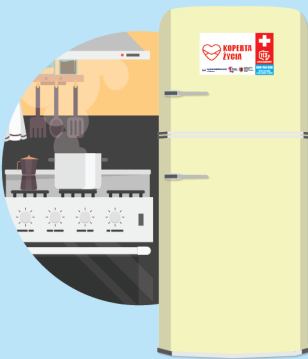
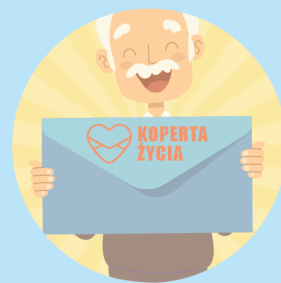
**ABY POMÓC MUSIMY
MIEĆ PEŁNĄ INFORMACJĘ!**



Inne ważne zdarzenia medyczne - wpisz informacje o przebytych operacjach, urazach, wypadkach, szczepieniach, wszczepionym rozruszniku serca, kardiowerterze, implancie elektronicznym endoprotezie itp. (dodaj daty). Informacje te są bardzo ważne ze względu na przeprowadzenie procedury ratującej życie (resuscytacja) oraz badaniami diagnostycznymi (rezonans).

Miejsce w domu, w którym przechowywana jest dokumentacja medyczna - zbierz całą dokumentację medyczną np. wypisy ze szpitala, wyniki badań, kontakty do lekarzy pod których opieką się znajdujemy, lub inne istotne Państwa zdaniem informacje w jednym miejscu w domu i wpisz gdzie są schowane

1. WŁÓŻ FORMULARZ DO KOPERTY
2. WŁÓŻ KOPERTĘ DO ZAMRAŻALNIKA
3. NA LODÓWCE UMIEŚĆ NAKLEJKĘ „KOPERTA ŻYCIA”



KOPERTA ŻYCIA

Patron honorowy



Organizatorzy



Starostwo Powiatowe
w Śępólnie Krajeńskim



Urząd Miejski
w Śępólnie Krajeńskim



Partnerzy



NUMER ALARMOWY

800 154 030

NIEBIESKA LINIA

DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE

OSZUSTWO NA WNUCZKA

Dzwoni telefon z nieznanego numeru, ktoś mówi, że jest Twoim wnuczkim, krewnym... coś się wydarzyło: wypadek, choroba, czy inna tragedia. Potrzebne są pieniądze!



Jeśli oszust nie jest pewny swego, po chwili zadzwoni ktoś inny i poda się za policjanta, prokuratora lub innego funkcjonariusza państwa... i poprosi o pomoc w złapaniu przestępcy.



Może nastąpić prośba o przekazanie pieniędzy lub innych wartościowych rzeczy osobiście lub pozostawienie ich we wskazanym miejscu lub nawet o udanie się do banku i wypełnienie jakiejś instrukcji.

Nigdy nie działaj pochopnie!

- ! DAJ SOBIE CZAS DO NAMYSŁU.
- ! ROZŁĄCZ SIĘ. UPEWNIJ SIĘ, ŻE ROZMOWA JEST ZAKOŃCZONA.
- ! SKONTAKTUJ SIĘ Z KIMŚ BLISKIM.
- ! WSPÓLNIE ZASTANOWICIE SIĘ CO ROBIĆ LUB NATYCHMIAST ZADZWOŃ NA NUMER 112.



Policja nigdy nie prosi o pieniądze!

UWAŻAJ NA ZAKUPY I UMOWY ZAWIERANE NA POKAZACH LUB W DOMU

Uważaj na firmy, które dzwonią i zapraszają Cię na:

- bezpłatny pokaz
- badanie
- odbiór nagrody



Często ukrytym celem tych spotkań jest sprzedaż:

- pościeli
- garnków
- urządzeń medycznych

które nie są warte swojej ceny.

Uważaj na firmy, które proponują niższe rachunki za:

- prąd
- gaz
- telefon



Niektóre nieuczciwie sugerują, że są Twoim dotychczasowym dostawcą tych usług.

W ten sposób możesz nieświadomie zerwać obecną umowę i ponieść dotkliwe straty finansowe.

INFOLINIA KONSUMENCKA tel. 801 440 220
(opłata wg taryfy operatora) Infolinia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00-18:00

APLIKACJA RATUJĄCA ŻYCIE



Pobierz aplikację



Ulotka opracowana przez Komendę Wojewódzką Policji w Bydgoszczy z wykorzystaniem zasobów freepik.com. Kopiowanie i przedruk dozwolony wyłącznie bez zmiany treści.

NIEBIESKA LINIA

DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE

800 154 030

Jeśli doświadczasz **przemocy fizycznej** lub **psychicznej**, jeśli ktoś ogranicza Twoją wolność, nie pozwala wychodzić, ogranicza kontakty z rodziną, zabiera Twoje pieniądze, ogranicza jedzenie lub wodę, grozi, krzyczy na Ciebie to zadzwoń na **NIEBIESKĄ LINIĘ**, pomożemy Ci!

TELEFON ZAUFANIA
DLA OSÓB STARSZYCH



22 635 09 54

*koszt połączenia zgodny z taryfą operatora sieci

mali bracia Ubogich
Stowarzyszenie
przyjaciół osób starszych

Troski i kłopoty dzielone z drugim człowiekiem maleją o połowę...

JEŻELI POTRZEBUJESZ BRATNIEJ DUSZY, ŻYCZLIWOŚCI, JEST CI SMUTNO, JEŚLI COŚ CIĘ TRAPI, ODCZUWASZ PUSTKĘ I BEZRADNOŚĆ

ZADZWOŃ! **22 635 09 54**

- ▶ WYSŁUCHAMY
- ▶ UDZIELIMY INFORMACJI
- ▶ POMOŻEMY
- ▶ ZAPEWNIAMY DYSKREJCJĘ I ANONIMOWOŚĆ

GODZINY DYŻURÓW TELEFONU:

Poniedziałek	godz. 17.00 – 20.00	Dyżur na temat choroby Alzheimera
Środa	godz. 17.00 – 20.00	Środa godz. 14.00 – 16.00
Czwartek	godz. 17.00 – 20.00	

Partnerem merytorycznym Telefonu Zaufania dla osób starszych są eksperci Polskiego Towarzystwa Psychologicznego