



Pamiętajmy o seniorach i samotnych

2020-03-15

Może dookoła siebie masz seniorów, osoby samotne czy niepełnosprawne, które w tych dniach wyjątkowo potrzebują Twójego wsparcia? Nie bądź obojętny - jeśli możesz, pomagaj.

Teraz, kiedy w trosce o zdrowie nie wychodzimy z domów, instytucje zawiesiły działalność lub zmieniły tryb funkcjonowania, miasto szczególnie zachęca do zaangażowania się w pomoc starszym i potrzebującym wsparcia mieszkańcom Krakowa.

Krakovianom spełniającym określone warunki formalne oferowana jest opieka ze strony miasta, ale wszyscy możemy pomagać osobom w swoim otoczeniu - a szczególnie seniorom, samotnym, niepełnosprawnym. W instrukcji rozesłanej do lokalnych Centrów Aktywności Seniorów (których działalność także została zawieszona), miasto rekomenduje udzielanie pomocy starszym krakovianom, którzy w obawie o swoje zdrowie podejmują samodzielną kwarantannę. Jeśli możemy - wspierajmy ich w codziennych czynnościach, takich jak zakupy, zaopatrzenie w leki czy załatwianie spraw urzędowych.

Zadbajmy, by seniorzy czy osoby samotne nie czuły się w tych dniach pozostawione bez pomocy - okazujmy także zainteresowanie, postarajmy się o regularny kontakt telefoniczny.

Chętni mogą także zaangażować się w wolontariat i działania nieformalnych grup wsparcia, takich jak [Widzialna Ręka Kraków](#), które o sposobach udzielania pomocy potrzebującym informują za pośrednictwem mediów społecznościowych.

Ruszyła też ogólnopolska kampania zachęcająca do pomocy osobom starszym [#wspieramseniora](#).