

### Patarimai, kaip bendrauti su šeima ir draugais:

- Reguliariai skambinkite šeimai arba draugams, ypač, jei jūs arba jie gyvena vieni.
- Sudarykite savo artimiausių giminaičių (šeimos narių) arba draugų, su kuriais būtų galima susisiekti nenumatytais arba skubiais atvejais, sąrašą.  
Įrašykite jų vardus, pavardes, telefono numerius ir adresus.  
Kontaktinių asmenų nenumatytiems ir skubiems atvejams sąrašą laikykite savo piniginiėje arba rankinėje.
- Įsitinkite, kad jūsų artimiausi giminaičiai (kontaktiniai asmenys nenumatytiems ir skubiems atvejams) žino dabartinį jūsų telefono numerį ir namų adresą.
- Jei gyvenate toli nuo savo šeimos narių, turėkite jų kaimynų arba kitų asmenų, kurie bendrauja su jūsų giminaičiais, kontaktinius duomenis.
- Užrašykite kitų šeimos narių telefono numerius ir duokite juos savo vaikams, kad jūsų vaikai galėtų su jais susisiekti, jei jūs susirgtumėte.
- Jei susirgtumėte ir jums reikėtų vykti į ligoninę, nepamirškite pasiimti telefono ir kroviklio.
- Pasidalykite šiais patarimais su kitais žmonėmis!



### Kiti naudingi patarimai:

- Jei jums išrašyta vaistų, užtikrinkite, kad duomenis apie juos ir visas turimas alergijas būtų galima lengvai rasti, pavyzdžiui, jūsų Kontaktinių asmenų nenumatytiems ir skubiems atvejams sąrašė.
- Ar aptarėte savo pageidavimus su artimiausiais giminaičiais (kontaktiniais asmenimis nenumatytiems ir skubiems atvejams), jei sunkiai susirgtumėte COVID-19?

## Kontaktinių asmenų nenumatytiems ir skubiems atvejams kortelė

- Jei susirgtumėte ir negalėtumėte bendrauti, galbūt norėsite, kad sveikatos priežiūros darbuotojai apie tai kam nors praneštų.
- Naudokite šią Kontaktinių asmenų nenumatytiems ir skubiems atvejams kortelę ir laikykite ją savo piniginėje arba rankinėje.
- Įrašykite savo duomenis ir duomenis apie savo artimiausius giminaičius (šeimos, narį, draugą arba patikimą asmenį, kuris (-i) davė sutikimą įrašyti jo (jos) duomenis į šią kortelę ir nenumatytais bei skubiais atvejais susisiekti su juo (ja)). Šis asmuo neturi jokių juridinių arba finansinių teisių ar įsipareigojimų. Sveikatos priežiūros darbuotojams lengviau bendrauti, jei vienas iš kontaktinių asmenų nenumatytiems ir skubiems atvejams kalba angliškai.
- Kortelę užpildykite ANGLŲ kalba, kad sveikatos priežiūros darbuotojai galėtų perskaityti informaciją. Jei jūs nerašote ANGLŲ kalba, paprašykite, kad kas nors jums padėtų. Šios kortelės vertimas pateiktas kitame puslapyje.
- Jei negalite jos atspausdinti, tą pačią informaciją ANGLŲ kalba galite užsirašyti ant popieriaus lapo ir laikyti jį savo piniginėje arba rankinėje.
- Tai jūsų informacija. Nesiųskite jos į Raudonąjį Kryžių.



## Versija anglų kalba

CUT	FOLD
 <b>BritishRedCross</b>  <b>Emergency Contact Card</b> <b>About you</b> Name..... Date of birth..... Phone number..... Address..... ..... Language(s) spoken..... GP / Family doctor..... GP phone number.....	<b>Next of Kin / Emergency Contact</b> Name..... Relationship to you..... (It can be family or a friend) Phone number..... Address..... ..... Language(s) spoken..... If under 18 yrs, how old are they? ..... Do they live in UK? (please circle) Yes No  <b>If you have no next of kin, please write "No contact"</b>
<b>Additional Emergency Contact</b> Name..... Relationship to you..... (It can be family or a friend) Phone number..... Address..... ..... Language(s) spoken..... If under 18 yrs, how old are they?.....  Do they live in UK? (please circle) Yes No	<i>Have you discussed your wishes with your Next of Kin/ Emergency Contacts, if you were seriously ill due to COVID-19?</i>  <b>Please keep this card in your wallet or purse</b>  redcross.org.uk/trace  

## Kontaktinių asmenų nenumatytiems ir skubiems atvejams kortelė

- Savo atsakymus užrašykite Kontaktinių asmenų nenumatytiems ir skubiems atvejams kortelės versijoje **ANGLŲ** kalba.

Išversta versija

IŠKIRPTI	PERLENKTI
  <b>BritishRedCross</b> <b>Kontaktinių asmenų nenumatytiems ir skubiems atvejams kortelė</b> <b>Apie jus</b> Vardas, pavardė  Gimimo data  Telefono numeris Adresas  Kalba (-os), kuriomis kalbate Bendrosios praktikos (GP) gydytojas  Bendrosios praktikos gydytojo tel. numeris	<b>Duomenys apie artimiausią giminaitį / kontaktinį asmenį nenumatytiems ir skubiems atvejams</b>  Vardas, pavardė  Ryšys su jumis (gali būti šeimos narys arba draugas) Telefono numeris Adresas  Kalba (-os), kuriomis kalba Jei jaunesnis (-ė) nei 18 metų, kiek jam (jai) metų? Ar jie gyvena JK? (apibraukite) Taip Ne  <b>Jei neturite artimų giminaičių, įrašykite „Kontaktinių asmenų nėra“ (angl. „No contact“)</b>
<b>PAPILDOMAS KONTAKTINIS ASMŪ NENUMATYTIEMS ARBA SKUBIEMS ATVEJAMS</b>  Vardas, pavardė  Ryšys su jumis (gali būti šeimos narys arba draugas) Telefono numeris Adresas  Kalba (-os), kuriomis kalbama Jei jaunesnis (-ė) nei 18 metų, kiek jam (jai) metų? Ar jis (ji) gyvena JK? (prašom apibraukti) Taip Ne	<i>Ar su savo artimiausiu giminaičiu (kontaktiniu asmeniu nenumatytiems ir skubiems atvejams) aptarėte savo pageidavimus, jei sunkiai susirgtumėte COVID-19?</i>  <b>Šią kortelę nešiokitės piniginėje arba rankinėje</b>  <a href="https://redcross.org.uk/trace">redcross.org.uk/trace</a>  