

Tipy na udržanie kontaktu s rodinou a priateľmi:

- Pravidelne telefonujte s rodinou alebo priateľmi, najmä ak Vy alebo oni žijete sami.
- Vytvorte písomný zoznam najbližších príbuzných alebo blízkych príbuzných a rodinných priateľov, ktorých treba v prípade núdze kontaktovať.
Uvedte ich mená, telefónne čísla a adresy.
Zoznam núdzových kontaktov si uchovajte vo svojej peňaženke alebo kabelke.
- Uistite sa, že Váš najbližší príbuzný/Vaše núdzové kontakty poznajú Vaše aktuálne telefónne číslo a domácu adresu.
- Ak žijete ďaleko od svojich rodinných príslušníkov, majte kontaktné údaje na ich susedov alebo na niekoho iného, kto je v kontakte s Vašimi príbuznými.
- Napíšte telefónne čísla ostatných členov rodiny a dajte ich svojim deťom, aby ich mohli v prípade choroby kontaktovať.
- Ak ste chorí a potrebujete ísť do nemocnice, nezabudnite si vziať telefón a nabíjačku.
- Zdieľajte tieto tipy s ostatnými!


Ďalšie užitočné tipy:

- Ak máte nejaké lieky na predpis, uistite sa, že tieto detaily a taktiež akékoľvek alergie sa dajú ľahko nájsť, napríklad v zozname núdzových kontaktov.
- Diskutovali ste o svojich želaniach a praniach so svojimi najbližšími príbuznými/núdzovými kontaktmi, ak by ste vážne ochoreli v dôsledku COVID-19?

Karta núdzových kontaktov

- Ak ochoriete a nebudete môcť komunikovať, možno budete chcieť, aby zdravotný personál niekoho informoval.
- Môžete použiť túto Kartú núdzových kontaktov a túto kartu si uschovajte v peňaženke alebo kabelke.
- Uvedte svoje údaje a údaje svojej najbližšej rodiny (rodinný príslušník, priateľ alebo iná dôveryhodná osoba, ktorá dala súhlas k tomu, aby boli ich údaje zapísané na túto kartu a aby boli v prípade núdze kontaktovaní). Táto osoba nemá žiadne zákonné alebo finančné práva ani povinnosti. Komunikácia so zdravotným personálom je jednoduchšia, ak jeden z Vašich núdzových kontaktov hovorí po anglicky.
- Vyplňte formulár po **ANGLICKY**, aby si zdravotný personál mohol prečítať tieto informácie. Ak neviete písať po **ANGLICKY**, požiadajte niekoho o pomoc. Preložená verzia tejto karty je na nasledujúcej stránke.
- Ak si nemôžete toto vytlačiť, môžete napísať rovnaké informácie po **ANGLICKY** na kus papiera a uschovať si ho v peňaženke alebo v kabelke.
- Toto sú Vaše informácie. Neposielajte ich Červenému krížu.


Anglická verzia

CUT	FOLD
 BritishRedCross Emergency Contact Card About you Name..... Date of birth..... Phone number..... Address..... Language(s) spoken..... GP / Family doctor..... GP phone number.....	Next of Kin / Emergency Contact 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 If you have no next of kin, please write "No contact"
Additional Emergency Contact 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> Please keep this card in your wallet or purse redcross.org.uk/trace 

Karta núdzových kontaktov

- Vaše odpovede, prosím, napíšte na ANGLICKÚ verziu tejto Karty núdzových kontaktov.

Preložená verzia

VYSTRIHNÚŤ	ZLOŽIŤ
  BritishRedCross Karta núdzových kontaktov O Vás Meno Dátum narodenia Telefónne číslo Adresa Jazyk(y), ktorým hovorím Praktický lekár/rodinný lekár Telefónne číslo praktického lekára	Najbližší príbuzný/núdzový kontakt Meno Vzťah k Vám (Môže to byť rodina alebo kamarát) Telefónne číslo Adresa Jazyky, ktorými hovorí Ak má menej ako 18 rokov, koľko má rokov? Žije v Spojenom kráľovstve? (zakrúžkujte) Áno Nie Ak nemáte príbuzných, prosím, napíšte „No contact (Žiadny kontakt)“
Dodatočný núdzový kontakt Meno Vzťah k Vám (Môže to byť rodina alebo kamarát) Telefónne číslo Adresa Jazyky, ktorými hovorí Ak má menej ako 18 rokov, koľko má rokov? Žije v Spojenom kráľovstve? (zakrúžkujte) Áno Nie	<i>Diskutovali ste o svojich želaniach a príaniach so svojimi najbližšími príbuznými/ núdzovými kontaktmi, ak by ste vážne ochoreli v dôsledku COVID-19?</i> Túto kartu si, prosím, uschovajte vo svojej peňaženke alebo kabelke. redcross.org.uk/trace 