

### Các gợi ý cho việc duy trì liên lạc với Gia đình và Bạn bè:

- Thiết lập các cuộc gọi điện thoại thường xuyên với gia đình và bạn bè, đặc biệt nếu bạn hay họ sống một mình.
- Viết ra danh sách về những người thân/ gần gũi trong gia đình và bạn bè để liên lạc trong trường hợp khẩn cấp.  
Bao gồm tên của họ, số điện thoại và địa chỉ.  
Giữ danh sách liên lạc trong trường hợp khẩn cấp trong ví của bạn.
- Đảm bảo rằng những người thân/ người cần liên lạc trong trường hợp khẩn cấp biết số điện thoại và địa chỉ nhà của bạn.
- Nếu bạn đang sống xa các thành viên gia đình, bạn cần có thông tin của người hàng xóm của họ hoặc ai đó liên lạc với người thân của bạn.
- Viết số điện thoại của những thành viên gia đình khác và đưa cho các con của bạn để các con có thể liên lạc với họ khi bạn ốm .
- Nếu bạn ốm và cần đi bệnh viện nhớ mang điện thoại của bạn và sạc điện thoại.
- Chia sẻ những gợi ý này với người khác!

### Những gợi ý hữu ích khác:



- Nếu bạn uống thuốc kê đơn, cần đảm bảo rằng chi tiết về thuốc và bất kỳ sự dị ứng nào phải dễ dàng tìm thấy, ví dụ để chúng cùng với danh sách liên lạc trong trường hợp khẩn cấp.
- Bạn đã thảo luận những ước muốn của bạn với người thân/ người cần liên lạc, nếu bạn bị ốm rất nặng do COVID-19?



## Phiếu liên lạc khẩn cấp

- Nếu bạn bị ốm và không thể nói chuyện, bạn có thể muốn nhân viên chăm sóc sức khỏe nói với ai đó.
- Xin hãy cảm thấy tự do khi sử dụng Phiếu liên lạc khẩn cấp và giữ phiếu này trong ví của bạn.
- Bao gồm các thông tin của bạn, thông tin của người liên lạc (thành viên gia đình, bạn bè hay người khác mà bạn tin tưởng – người mà đã đồng ý để thông tin của họ được viết trên phiếu này và sẽ được liên lạc trong trường hợp khẩn cấp). Người này không có quyền lợi và nghĩa vụ về mặt pháp lý và tài chính. Sẽ dễ dàng hơn trong việc liên lạc với nhân viên chăm sóc y tế nếu một trong số những người cần liên lạc trong trường hợp khẩn cấp của bạn nói tiếng Anh.
- Điền vào phiếu bằng tiếng Anh để nhân viên chăm sóc y tế có thể đọc thông tin. Nếu bạn không thể viết bằng **TIẾNG ANH**, xin hãy nhờ ai đó giúp bạn. Bản dịch của phiếu này ở trang kế tiếp.
- Nếu bạn không thể in phiếu này, bạn có thể viết thông tin y hệt bằng **TIẾNG ANH** vào một tờ giấy và giữ nó ở trong ví của bạn.
- Đây là thông tin của bạn. Đừng gửi nó đến Hội Chữ thập đỏ.

## Phiên bản tiếng Anh

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

# Phiếu liên lạc khẩn cấp

- Xin hãy viết các câu trả lời của bạn trong bản TIẾNG ANH của Phiếu liên lạc khẩn cấp

## Bản dịch

CẮT	GẤP
 <b>BritishRedCross</b>  <b>Phiếu liên lạc khẩn cấp</b> <b>Về bạn</b> Tên Ngày sinh Số điện thoại Địa chỉ  Ngôn ngữ sử dụng GP / Bác sỹ gia đình Số điện thoại GP	<b>Người thân/ người cần liên lạc</b>  Tên Mối quan hệ với bạn (Có thể là người thân hoặc bạn bè) Số điện thoại Địa chỉ  Ngôn ngữ sử dụng Nếu dưới 18 tuổi, họ bao nhiêu tuổi? Họ có sống ở Vương quốc Anh? (xin hãy khoanh tròn) Có Không  <b>Nếu bạn không có người thân, xin hãy viết "Không có người liên lạc"</b>
<b>Thông tin bổ sung về người cần liên lạc</b> Tên Mối quan hệ với bạn (Có thể là người thân hoặc bạn bè) Số điện thoại Địa chỉ  Ngôn ngữ sử dụng Nếu dưới 18 tuổi, họ bao nhiêu tuổi? Họ có sống ở Vương quốc Anh? (xin hãy khoanh tròn) Có Không	<i>Bạn đã thảo luận những ước muốn của bạn với người thân/người cần liên lạc, nếu bạn bị ốm rất nặng do COVID-19?</i>  <b>Xin hãy giữ phiếu này trong ví của bạn</b>  <a href="http://redcross.org.uk/trace">redcross.org.uk/trace</a>  