

Det blir ingen vanlig jul i år

Spridningen av covid-19 är fortsatt stor på Gotland. Det är därför mycket viktigt att alla fortsätter att följa de råd och rekommendationer som gäller – även under jul och nyår.

Nationella allmänna råd

Från och med den 14 december gäller skärpta nationella föreskrifter och allmänna råd om allas skyldighet att förhindra smitta av covid-19. De nya råden gäller till den 30 juni 2021.

Läs mer om råden på www.gotland.se/nationellarad

Gränsen för sammankomster är maximalt åtta personer och gäller alltså även för sociala sammankomster som jul- och nyårsfirande.

Läs mer på www.lansstyrelsen.se/gotland/corona

Håll dig uppdaterad!

Mer information och det senaste om coronaläget på Gotland hittar du på www.gotland.se/corona

Har du bokad tid?

Nödvändiga vårdbesök och medicinska undersökningar, omfattas inte av rådet. Sök vård om du har behov av det och gå på de besök du har blivit kallad till.



Anpassad handel

Öns handlare har gjort anpassningar för att minska smittspridning och erbjuda tryggare handel, särskilt för dig som är 70+ eller tillhör en riskgrupp.

Enligt de skärpta allmänna råden ska vi undvika offentliga lokaler som butiker, men undantag är nödvändiga besök i exempelvis matbutiker och apotek. Läs om hur du kan handla tryggt på www.gotland.se/anpassadhandel



Det är allvar nu! Vi måste tillsammans ta vårt ansvar.



Om du känner oro

Det är vanligt att känna oro, osäkerhet och ensamhet då vi inte kan umgås som vi brukar. Behöver du stöd finns det hjälp att få.

FÖR UNGA

BRIS, tfn 116 111, www.bris.se
För barn och unga under 18 år. Samtalet syns inte på telefonräkningen.

umo.se

En sajt för dig som är 13 till 25 år med information på flera språk om hälsa och hur du kan få hjälp att må bra.

ÖVRIGT

Vårdguiden www.1177.se, tfn 1177

Jourhavande präst, tfn 112

Jourhavande medmänniska,
tfn 08-702 16 80

Kvinnofridslinjen, tfn 020-50 50 50
Samtalet syns inte på telefonräkningen.

Röda Korsets stödtelefon under coronakrisen, tfn 0771-900 800

Äldrelinjen psykisk ohälsa, tfn 020-22 22 33
Linjen riktar sig till personer i alla åldrar.

Läs mer på www.gotland.se/hjalpochstod

Så söker du vård under jul- och nyårshelgerna

1177 Vårdguiden i första hand

På www.1177.se/gotland finns egenvårdsråd om hur man till exempel själv tar hand om feber, influensa, vinterkräksjuka och när behov av medicinsk bedömning finns. Du kan också ringa till sjukvårdsrådgivningen 1177.

Vårdcentralernas öppettider

Vårdcentralerna Slite, Hemse, Wisby söder och Visby Norr har ordinarie verksamhet alla vardagar. Vid behov av vård övriga dagar ring 1177.

Akut tandvård

Om du inte har någon "egen" tandläkare, eller om den vanliga tandläkarmottagningen är stängd, kan du kontakta Folk tandvården Wisby på vardagar klockan 08.15–12.00 och 13.00–15.00 på tfn 0498-20 36 79.

Under jul- och nyårshelgerna finns det även en jour för bokning på telefon 0498-20 36 79. Jouden är öppen klockan 09.00-11.00 följande dagar; 20/12, 25/12, 27/12, 1/1 och 3/1.

Om du blir sjuk med coronasytom

- Stanna i ditt boende.
- Om du vill få rådgivning av vården, ring 1177.
- Testa dig bara för covid-19 om du har symtom eller har blivit uppmanad vid kontakt med vården. Läs mer på www.gotland.se/testa.
- Om du har pågående symtom för covid-19 bokar du själv tid för egenprovtagning genom att logga in på <https://pep.1177.se/offer>.
- Tänk på att du ska vara frisk och symtomfri om du ska resa med allmänna transportmedel som färja eller flyg.

På www.1177.se/gotland tipsar vi om egenvård eller var du kan söka sjukvård.

Vid allvarlig skada eller sjukdom

Om du blir allvarligt sjuk eller om det inträffar en olycka – ring SOS Alarm, telefon 112.

1177
VÅRDGUIDEN



Det senaste om coronaläget och lägesuppdateringar hittar du på www.gotland.se/corona
Information in other languages www.gotland.se/languages

