

23.3.2020

J • ENSUUN

U
U
T
I
S
E
T



Koronavirus

Joensuun kaupungin tiedotuslehti

Coronavirus

Newsletter of the City of Joensuu

Коронавирус

Информационный журнал Йоэнсуу

فيروس كورونا

صحيفة الاستعلامات لخدمات مدينة يوينسوو

J
•
E
NSUU

Kolumni



Kari Karjalainen, kaupunginjohtaja
 Tommi Rautio

Kohdataan haaste yhdessä ja pidetään toisistamme huolta



Maailmanlaajuinen turvallisuus on järkkynyt koronaviruspandemian takia ja tämä näkyy luonnollisesti meidän kaikkien arjessa. Suomen eduskunta ja hallitus ovat lähteneet toteuttamaan perusteltuja toimia pandemian hillitsemiseksi, ja joensuulaiset ovat ottaneet ohjeet hyvin vastaan.

Viranomaisten ohjeet on syytäkin ottaa vakavasti. Me kaupungin viranhaltijat seuraamme tarkasti valtakunnallisia linjauksia ja teemme niiden pohjalta päätöksiä ja toimintaohjeita. Tulemme tekemään kaikkemme, jotta turvallinen arki lapsille, koululaisille, työssäkäyville, ikäihmisille ja ylipäättänsä kaikille kuntalaisille voidaan järjestää.

Selvää on, että niin valtakunnallisesti kuin alueellisesti voidaan joutua tekemään kipeitäkin päätöksiä heikompien turvaamiseksi ja palveluiden järjestämiseksi. Pandemia on vaikuttanut jo nyt kaupungin palveluiden kysyntään merkittävästi. Kunnan verorahoja tarvitaan pandemian hoitamiseen ja kun tämä poikkeustilanne on aikanaan ohi, myös hyvään jälkihoitoon on syytä panostaa.

Tämä tilanne on vaativa kaikille kaupunkilaisille, kun arki tulee järjestää uudelleen ja noudattaa saamiamme ohjeita eristäytyä mahdollisuuksien mukaan kanssaihmisistä. Myös kaupungin työntekijät ovat kovan paikan edessä muutosten keskellä.

Nyt on syytä meidän kaikkien kuitenkin pitää pää kylmänä ja ottaa rauhallisesti. Kohdataan tämä koronahaaste yhdessä ja pidetään läheisistämme huolta. Nautitaan hyvistä ulkoilukeleista ja kodin lämmöstä. Seurataan kaikki ajankohtaisia uutisia aiheesta ja toimitaan vastuullisesti.

Jos kaupunkilaisia mietityttää jonkin asia kaupungin palveluihin liittyen, niin aina saa kysyä. Minun vinkkini on, että seurataan kaikki valtakunnallista tiedotusta ja kaupungin omia kanavia.

Palaute

Maksuista



Saanko kansalaisopiston perutuista kurseista rahat takaisin?

– Kaupungin koronapäivystykseen (katso sivu 4) saapunut kysymys

Mikäli haluat kurssimaksun palautuksen, laita tilitiedot sekä koko nimesi sähköpostilla osoitteeseen kansalaisopisto@joensuu.fi viimeistään 31.5.2020 mennessä. Maksu palautuu tilille noin 60 päivän sisällä. Alle 10 € maksuja ei palauteta.

HUOM! Tiedotamme kaikkia kansalaisopiston opiskelijoita kurssimaksujen palautuksista myös tekstiviestitse. Vies-tit tulevat kaikille noin viikon sisällä.



Latasin viimeviikolla 3 kk aikaa uimahallin kausikortille. Lisätäänkö karanteenin aika kortilleni vai onko kortti voimassa karanteenin ajan verran enemmän kun kortti umpeutuu?

– Kaupungin koronapäivystykseen saapunut kysymys

Liikunnan kausikortteihin (uimahallit, Areena, maaseutualueiden liikunta- ja kuntosalit) myönnetään lisäaikaa palvelujen keskeytystä vastaava aika. Asiakkaan ei tarvitse tuota lisäaikaa erikseen hakea.

Siun sote tiedottaa

Tietoa koronaepidemiasta

Kiinassa todettiin joulukuussa 2019 keuhkkokuumeetapauksia, joiden aiheuttaja on uusi, aiemmin tuntematon koronavirus.

Koronavirus tarttuu ensisijaisesti pisaratartuntana, kun henkilö yskii tai aivastaa. Virus voi tarttua myös kosketuksen kautta pinnoilta.

Epäiletkö koronavirustartuntaa?

Jos epäilet saaneesi koronavirustartunnan, kannattaa aloittaa tekemällä Omaolo-oire-arvio netissä: www.omaolo.fi.

Omaolo-palvelu ohjaa kriteerien täytyessä soittamaan Päivystysapuun 116 117, missä terveydenhuollon ammattilaiset arvioivat tilanteen ja antavat siihen sopivat jatko-ohjeet.

Jos et voi käyttää nettiä, soita Päivystysapuun 116 117 tai omalle terveysasemallesi.

Soita aina ennen terveysasemalle tai päivystykseen saapumista!

Lievät hengitystieoireet

Jos sinulla on lieviä hengitystieinfektion oireita, kuten nuhaa, yskää, kurkkukipua, lihassärkyä tai kuumetta, lepää ja sairasta rauhassa kotona. Pysytkö kotona, kunnes oireet loppuvat ja takana on yksi oireeton päivä.

Älä saavu muille vastaanotoille tai kiireettömiin palveluihin, kuten hammashoitoon, sosiaalitoimistoon, fysioterapiaan tai neuvolaan, jos sinulla on lieviäkään hengitystieinfektion oireita.



Ajankohtaiset toimintaohjeet ja tiedot Pohjois-Karjalan koronavirustilanteesta:
www.siunsote.fi/korona

Palvelut ja kiireetön hoito

Toistaiseksi kaikki vierailut sairaalassa, vuodeosastoilla ja terveyskeskussairaloissa, hoivakodeissa ja palveluasumisen yksiköissä on kielletty. Jos vieraileminen on välttämätöntä, siitä pitää sopia etukäteen henkilökunnan kanssa.

Osa kiireettömistä ajanvarauksista peruutaan ja siirretään myöhempään ajankohtaan. Näitä ovat esimerkiksi yli 70-vuotiaiden ja riskiryhmiin kuuluvien kiireetön hammashoito. Siun sote on asiakkaisiin suoraan yhteydessä henkilökohtaisesti.

Uusia kiireettömän hoidon ajanvarauksia tehdään palvelukohtaisen tilanteen mukaan. Ajanvaraukset kannattaa tehdä puhelimitse. Nettiajanvarausmahdollisuuksia on rajoitettu useammassa palveluissa ja puhelinpalveluita vahvistetaan.

Etäpalveluja ja -vastaanottoja hyödynnetään niissä palveluissa, joissa se on mahdollista.



Tiedot terveystalveluista Siun soten sivustolta: www.siunsote.fi

Suojaudu tartunnoilta

Koronaviruksen riskiryhmää ovat erityisesti iäkkäät henkilöt sekä jotain perussairautta sairastavat. He ovat alttiita myös muille infektiosairauksille, joten heidän suojaamisensa on erityisen tärkeää.

- Ilahduta läheistäsi puhelinsoitolla tai muilla sähköisillä yhteyksillä. Käy vierailulla vain, jos se on välttämätöntä. Auttaa voit myös hoitamalla arkiasioita läheisesi puolesta. Vierailijoita omaan kotiin on hyvä rajoittaa, jos ne eivät liity välttämättömiin palveluihin.
- Pese kädet huolellisesti vedellä ja saippualla.
- Käytä käsidesiä, jos käsien pesuun ei ole mahdollisuutta.

- Muista hyvä yskimishygienia. Suojaa kädet ja nenä kertakäyttönenäliinalla, kun yskit tai aivastat. Laita käytetty nenäliina roskeen ja pese kädet tai käytä käsihuuhdetta heti kun mahdollista. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski olka- tai kyynärvarren kulmaan. Älä yski tai aivasta kämmeniisi!
- Älä mene kipeänä töihin tai vieraile riskiryhmiin kuuluvien luona.
- Ulkoilua voi ja kannattaa harrastaa, mutta vältä ulkopuolisia kontakteja.
- **Jos olet yli 70-vuotias tai kuulut riskiryhmään, pysy kotona.**

Tärkeät puhelinnumerot

Päivystysapu
116 117 (ympäri vuorokauden)

Joensuun terveysasemien
ajanvaraus- ja neuvontanumerot
(arkisin klo 8–16)

Eno 013 330 2214

Kiihtelysvaara 013 330 2215
(ma-to klo 8–16, pe klo 8–15)

Niinivaara 013 330 2213

Pyhäselkä 013 330 2218

Rantakylä 013 330 2212

Siilainen 013 330 2211

Tuupovaara 013 330 2219
(ma-to klo 8–16, pe klo 8–15)

Seniorineuvonta Ankkuri 013 330 2890
(ma-pe klo 8–16)

Valtakunnallinen Tietoa koronaviruksesta
-puhelinneuvonta puh. 0295 535 535
(ma-pe klo 8–21 ja la klo 9–15)

Keskusteluapua ja tukea

Älä jää huolinesi yksin, puhu läheisillesi. Jos koet tarvitsevasi keskusteluapua ammattilaisen kanssa, voit olla yhteydessä:

- sosiaalipäivystykseen 013 330 9002 (ympäri vuorokauden)
- aikuispsykiatrian tehostettuun avohoitoon 013 330 2132 (klo 8–21)

Myös valtakunnallinen kriisipuhelin tarjoaa keskusteluapua:

- 09 2525 0111 suomeksi ympäri vuorokauden
- 09 2525 0113 arabiaksi ja englanniksi (ma, ti klo 11–15, ke klo 13–16 ja 17–21 sekä to 10–15).

Seniorineuvontaa Ankkurista

Seniorineuvonta Ankkurin puhelinpalvelu auttaa ikäihmisiä monenlaisissa arjen pulmissa, esimerkiksi turva- ja ateriapalveluihin liittyvissä asioissa. Terveysasioita Ankkurin puhelinpalvelusta ei voi tiedustella.



Seniorineuvonta Ankkuri
013 330 2890 (ma-pe klo 8–16)

Nuorten chat

Nuorten Onks tää normaalia -chat on avoinna tiistaista torstaihin kello 16–18 sekä pääsiäiseen asti laajennetuin aukioloajoin maanantaista perjantaihin kello 10–16. Palvelu on tarkoitettu alle 29-vuotiaille nuorille.



www.normaali.fi/siunsote/

Joensuun kaupungin muuttuneet palvelut

Koronavirusepidemia aiheuttaa paljon erilaisia muutoksia Joensuun kaupungin palveluissa. Tässä listatut muutokset on tehty maan hallituksen päätösten perusteella, ja ne ovat tämän hetken tiedon mukaan voimassa 13. huhtikuuta asti. Tilanne ja ohjeistukset voivat muuttua nopeasti ja palveluihin tulla uusia päivityksiä.

Ajankohtaisen tiedon ja vastauksia useimmin kysytyihin kysymyksiin löydät Joensuun kaupungin verkkosivuilta osoitteesta www.joensuu.fi/korona

Päivähoito ja opetus

Koululaisten ja päivähoidossa olevien lasten perheet ovat saaneet kaupungilta ohjeet poikkeusajan järjestelyistä.

- Päiväkodit ovat auki, mutta vanhempia on suositeltu hoitamaan lapsensa kotona, jos suinkin mahdollista.
- Ne perheet, joiden lapsi on poissa varhaiskasvatuksesta yhtäjaksoisesti kaksi viikkoa ajalla 17.3.–13.4. saavat maksuista täyden hyvityksen poissaolon ajalta.
- Avoimen varhaiskasvatuksen (kaupungin päiväkerhot) toiminta keskeytetään 13. huhtikuuta asti. Tältä ajalta ei myöskään peritä asiakasmaksua.
- Muuten varhaiskasvatuksessa toimintaa tiivistetään, ryhmiä yhdistetään ja muutamia päiväkotia suljetaan.
- Koulut ovat kiinni 13. huhtikuuta asti ja opiskelu tapahtuu etäopetuksessa kotona.
- Kouluissa järjestetään lähiopeus esikoululaisille ja 1.-3. luokkien oppilaille sekä erityisen tuen päätöksen saaneille oppilaille, mutta heillekin suositellaan etäopiskelua kotona, jos se on perheelle suinkin mahdollista.
- Lukio-opetus järjestetään etäopiskeluna. Ylioppilaskirjoitukset järjestettiin tiivistetyssä aikataulussa.
- Kansalaisopiston opetus on päättynyt. Kesälukukaudesta päätetään myöhemmin.
- Urheiluakatemia suljettu
- Konservatorion opetus järjestetään etäopetuksena

Kulttuuri ja vapaa-aika

Ulkoliikuntapaikat ovat käytössä normaalisti, muuten seuraavat vapaa-ajan ja kulttuurin palvelut on suljettu:

- Kaupunginorkesterin konsertit
- museot ja lasten leikkipaikka Mukulakatu
- kirjastot, omatoimikirjastot ja kirjastoauto
- nuorisotalot

- nuorten kesäleireistä ja -retkistä päätetään myöhemmin
- Sinkkolan toiminnot
- sisäliikuntapaikat
- uimahallit
- Yhteisötalo Satama ja kerhotalo Rupla

Asiakaspalvelupisteet auki

- Kaupungin palvelupisteet keskustassa ja maaseutualueilla ovat auki asiakkaille.
- Carelicumin palvelupiste on muuttanut kaupungintalolle (Rantakatu 20)
- Kaupunkiympäristön palvelupiste (Muuntamontie 5) on avoinna asiakkaille.
- Palvelupisteiden aukioloaikoihin saatua tulla muutoksia ja asiakasmäärää voidaan joutua rajoittamaan.
- Asiakkaita pyydetään asioimaan ensisijaisesti sähköisesti tai puhelimitse.
- Joensuun Veden asiakaspalvelu on suljettu. Asiakaspalvelua hoidetaan puhelimitse ja sähköisesti.

Yleisötilaisuudet ja tapahtumat peruttu

- Yli kymmenen hengen yleisötilaisuudet ja kokoukset sisä- ja ulkotiloissa on kielletty.

- Kaikki kaupungin tiloissa järjestettävät yleisötilaisuudet on peruttu toukokuun loppuun saakka.

Työllisyyspalvelut

- Kaupungin kesätyöpaikkahaku on käynnissä maaliskuun loppuun asti ja kampanja jatkuu toistaiseksi normaalisti.
- Työharjoittelijoiden harjoittelujaksoja rajataan.
- Kuntouttavaan työtoimintaan ei oteta toistaiseksi henkilöitä.
- Palkkatukityötä ja velvoitetyötä voidaan edelleen järjestää niissä työpajoissa, joiden toiminta jatkuu tavanomaisesti poikkeusoloista huolimatta.
- Työllisyyspalvelupiste Luotsi, osoitteessa Kauppakatu 29, on avoinna. Asiakkaita pyydetään mahdollisuuksien mukaan asioimaan etänä. Kaikki Luotsin tapahtumat on peruttu. Luotsin sähköiset asiointikanavat osoitteessa luotsijoensuu.fi.

Kysy koronan vaikutuksista kaupungin palveluihin

Epidemialla on suuria vaikutuksia kaupungin palveluihin ja kaupunkilaisten arkeen.

Kysy kaupungin palveluista koronavirustilanteesta:

- Soita **013 337 3000** (arkisin klo 9–16)
- Lähetä viesti WhatsApp-numeroon **050 67 281**
- Lähetä kysymyksesi koronainfo@joensuu.fi
- Voit kysyä myös verkkolomakkeella www.joensuu.fi/kysy-koronasta (lomake vain suomeksi)

Huom! Neuvomme ainoastaan Joensuun kaupungin palveluissa. Terveysten liittyvää neuvontaa antaa Pohjois-Karjalan terveystieteiden tutkimuskeskus Siun sote.

Järjestöjen ja seurakuntien tarjoama apu

Yhdistykset ja seurakunnat tarjoavat apua esimerkiksi kaupassa käyntiin tai apteekissa asiointiin erityisesti yli 70-vuotiaille ja riskiryhmiin kuuluville. Saatavilla on myös keskusteluapua. Tähän on listattu Joensuun kaupungille lehden painoon mennessä tulleet yhteydenotot. Päivitetty lista avuntarjoajista löytyy kaupungin verkkosivuilta www.joensuu.fi/korona.

Asiointiapua

Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry ja Soroppi ry järjestävät yhteistyössä asiointiapua välttämättömiin kauppa- ja apteekkiasiointeihin niille yli 70-vuotiaille Joensuun kanta kaupungin asukkaille, joilla ei ole läheisiä auttamassa. He järjestävät apua parhaansa mukaan resurssien sallimissa rajoissa.

Yhteydenotot: arkisin klo 10–14 numeroon 046 841 2074
www.jelli.fi/koronaapu

Jipon edustusjoukkueen pelaajat ja johtoryhmä tarjoavat apua kaupassa käyntiin tai muihin hakutehtäviin koronaviruksen riskiryhmään kuuluville ihmisille Joensuussa ainakin maaliskuun loppuun saakka. Jos siis tarvitset apua, ota rohkeasti yhteyttä, he auttavat. Jos et itse tarvitse apua, voit välittää viestin apua tarvitsevalle.

Yhteydenotot: Timo Tahvanainen, puh. 050 5622 066,
timo.tahvanainen@jippo.fi
www.jippo.fi

ViaDia-keskuksen päivystysnumero akuuttiin avuntarpeeseen Voit soittaa akuutissa avuntarpeessa Rantakylän ja Utran alueella.

Yhteydenotot: arkisin klo 9–14,
Timo puh. 045 267 6332,
Tanja puh. 045 266 5338

Pia puh. 045 2665133
www.viadia.fi/joensuu

Apua Hammaslahden alueella:

Joensuun Reserviläiset ry tarjoaa apua kaupassakäyntiin ja eläinten ulkoilutukseen, sovittavissa myös muut pienet avuntarpeet.

Yhteydenotot: Jani Tahvanainen
WhatsApp-viestinä 045 189 7988

Hammaslahden seudun kyläyhdistys

Yhteydenotot: Hannu Holopainen ma-su klo 9–19, puh. 050 5222 835 tai Jani Tahvanainen ma-pe klo 17 jälkeen ja la-su klo 9–17, puh. 045 189 7988

Keskusteluapua

Joensuun ev.lut. seurakunnat tarjoavat keskusteluapua poikkeusoloissa arkisin klo 10–18, puh. 013 2635 444.

Puhelinnumeroon vastaa Joensuun ev.lut. seurakuntien työntekijä. Keskustelut ovat luottamuksellisia.

Valtakunnallinen kirkon keskusteluapu palvelee lisäksi joka päivä klo 18–24, puh. 0400 22 11 80.

ViaDia Joensuun Ehtoovirkun työntekijät ovat tavoitettavissa ikäihmisille ja heidän läheisilleen keskustelua varten puhelimitse.

Yhteydenotot: arkisin klo 9–15, ohjaaja Jaana Hyttinen, puh. 045 1074755 ja

projektipäällikkö Johanna Mustonen, puh. 045 1512251
www.viadia.fi/joensuu

Keskusteluseuraa nuorille SaapasChatin kautta

Suomen ev.lut. kirkon Palveluoperaatio Saappaan vapaaehtoiset ja seurakuntien työntekijät päivystävät nuorten SaapasChatissa. Poikkeusolon aikana chat-palvelu toimii ilman rekisteröitymistä. SaapasChat järjestetään lähes päivittäin, Joensuun Saapas päivystää 1–2 päivänä viikossa. **Katso keskusteluajat osoitteesta:** tukinet.net/teemat/saapaschat

Joensuun kaupunki valmistelee parhaillaan eri keinoja ikäihmisten ja riskiryhmiin kuuluvien auttamiseksi. Avuntarvitsijat voivat olla yhteydessä kaupungin neuvontanumeroon 013 337 3000 arkisin klo 9–16.

Koronaviruksen vaikutukset joukkoliikenteeseen

Joukkoliikenteen palvelu pyritään pitämään normaalina. Tavoitteena on turvata asukkaiden mahdollisimman normaali liikkuminen ja pääsy keskeisiin palveluihin.

Koulujen sulkemisen vuoksi valtaosa kouluvuoroista on jäänyt ajamatta jo 19.3. alkaen.

Maksa matkasi mieluiten matkakortilla tai mobiililla

Suosittelavaa on maksaa bussimatka Waltti-kortilla tai mobiilisovelluksesta ostetulla lipulla, jotta minimoidaan kuljettajan ja matkustajien väliset kontaktit.

Kertalippuja voi ostaa myös kaupapakeskus Iso Myyssä Torikadulla olevasta lippuautomaatista. Kertaliput ovat voimassa ostohetkestä alkaen. Yhden vyöhykkeen lippu on voimassa

tunnin, 2–3 vyöhykkeen lippu kaksi tuntia. Matkakortti kannattaa ladata bussin sijaan Waltti-kaupassa.

Jos matkustustarpeesi sallivat, voit ajoittaa liikkumisesi ruuhka-aikojen ulkopuolelle ja pienentää näin ihmiskontaktien määrää. Jos tarpeellisten matkojen tekeminen esimerkiksi pyörällä tai kävellen on mahdollista, suosittellemme sitä.

Jos sinulla on flunssaoireita, suosittellemme välttämään joukkoliikenteen käyttöä kokonaan.

Ajantasaiset tiedot ajamattomista linjoista ja vuoroista nettisivuilta:
<https://jojo.joensuu.fi>

Neuvontaa yrityksille

Business Joensuu auttaa ja neuvoo yrityksiä koronaviruksen aiheuttamissa haasteissa. Business-päivystys palvelee numerossa 010 419 8011, ma-pe klo 9–17. Soittaa voivat kaikki Joensuun seudun yritykset.

Information about the coronavirus

In December 2019, several cases of pneumonia were reported in China and a novel, previously unknown coronavirus was identified as the cause of the outbreak.

The coronavirus spreads primarily through respiratory droplets when an infected person coughs or sneezes. The virus can also be transmitted by touching contaminated surfaces.

The virus has spread across the world. As we have seen in many other countries, the Government in Finland has also issued measures to control the spread of the coronavirus epidemic.

In order to contain the epidemic, the City of Joensuu follows the Government's policies as well as the instructions given by the Finnish Institute for Health and Welfare (THL) and Siun sote, which is the party responsible for healthcare services in North Karelia.

What are the symptoms of the novel coronavirus?

The coronavirus causes a severe acute respiratory infection. The majority of

people infected only get mild symptoms, but some become seriously ill. Many of those who experience more severe symptoms also have an underlying medical condition, such as diabetes, cardiovascular disease or lung disease.

The symptoms include fever, a cough, shortness of breath, muscle ache and tiredness.

Mild respiratory symptoms

If you have mild respiratory symptoms, such as a runny nose, cough, sore throat, muscle pain or fever, you should rest and recover at home. Stay at home until the symptoms subside and wait one additional symptom-free day.

If you have any symptoms of a respiratory infection, do not go to other medical appointments or non-urgent services, including dental care, social services, physiotherapy or maternity and child

health clinics. Please remember to cancel your scheduled appointments!

Do you suspect you have the coronavirus?

If you suspect you might need medical treatment, please call the emergency helpline on 116 117 or your own health centre. Healthcare professionals will evaluate the situation and give you further instructions.

Always call before going to a health centre or emergency clinic!

The latest guidelines and information on the coronavirus situation in North Karelia can be found online at www.siunsote.fi/korona.

If you belong to a risk group (you are over 70 years of age or have an underlying medical condition), call the health services immediately if you feel unwell!

Important telephone numbers

Emergency helpline 116 117 (open 24/7)

Medical helplines in Joensuu health centres (8 am to 4 pm on weekdays)

- Eno 013 330 2214
- Kiihtelysvaara 013 330 2215 (Mon–Thu 8 am to 4 pm, Fri 8 am to 3 pm)
- Niinivaara 013 330 2213
- Pyhäselkä 013 330 2218
- Rantakylä 013 330 2212
- Siilainen 013 330 2211
- Tuupovaara 013 330 2219 (Mon–Thu 8 am to 4 pm, Fri 8 am to 3 pm)

Senior Consultation Service Ankkuri 013 330 2890 (Mon–Fri 8 am to 4 pm)

National coronavirus hotline 0295 535 535 (Mon–Fri 8 am to 9 pm, Sat 9 am to 3 pm). The hotline provides service primarily in Finnish, but it will, wherever possible, also provide advice in Swedish and English.

Healthcare services and non-urgent care

All visits to hospitals, inpatient wards, health centre hospitals, nursing homes and assisted living units are forbidden until further notice. Any necessary visits must be agreed on with the staff in advance.

Some of the non-urgent appointments are cancelled and postponed. Such appointments include, for example, non-urgent dental care of patients aged over 70 or who belong to a risk group. Siun sote will contact the patients directly.

New non-urgent appointments are made depending on the situation of each

Counselling and support

You are not alone. Talk with a friend or family member. If you feel that you need to talk with a professional, you can call:

- social services emergency number 013 330 9002 (open 24/7)
- enhanced outpatient care for adult psychiatry 013 330 2132 (8 am to 9 pm).

The national crisis helpline also provides counselling:

- 09 2525 0111 in Finnish (open 24/7)
- 09 2525 0113 in Arabic and English (Mon–Tue 11 am to 3 pm, Wed 1–4 pm and 5–9 pm, Thu 10 am to 3 pm)

Protect yourself and prevent the spread of the virus

Particularly the elderly and those with underlying medical conditions are at risk of developing serious complications from the coronavirus. They are also susceptible to other infectious diseases, so it is especially important to protect them.

Cheer up your friends or family with a phone call or electronic communications. Visit them only when necessary. You can also help them with chores and shopping.

- Wash your hands thoroughly with soap and water.
- Use hand sanitizer if it is not possible to wash your hands.
- Remember good coughing and sneezing hygiene. Protect your hands and nose with a single-use tissue when you cough or sneeze. Throw away the used tissue and wash your hands or use hand sanitizer as soon as possible. If you do not have a tissue, cough into your upper sleeve or elbow. Do not cough or sneeze into your hands!
- If you are sick, do not go to work or visit people who are at risk.
- If you are over 70 years of age or belong to a risk group, stay at home.

Revised services of the City of Joensuu

The Finnish Government has issued measures to control the spread of the coronavirus epidemic in Finland. The City of Joensuu follows the Government's policies as well as instructions given by the Finnish Institute for Health and Welfare (THL) and Siun sote, which is the party responsible for healthcare services in North Karelia. The City of Joensuu is therefore closing some of its services during 18 March 2020 – 13 April 2020 to limit the coronavirus epidemic. Any updates will be communicated at a later date.

Daycare and education

Families with children in schools and daycare have received instructions regarding the exceptional arrangements.

- Daycare centres are open, but parents are advised to take care of their children at home if possible.
- Families whose children do not attend early childhood education for a continuous period of two weeks during 17 March – 13 April will receive a full refund for their absence.
- Open early childhood education (the city's day clubs) is cancelled until 13 April. We will also not charge any customer fees during this time.
- Activities in early childhood education are more compact and groups are combined.
- Schools are closed until 13 April, and studying will be done remotely at home.
- The City of Joensuu will organise limited face-to-face education for pre-schoolers and forms 1–3 as well as students with a decision on special support.
- Arrangements regarding in-person and remote teaching and other school-related matters have been communicated to both school staff and guardians.
- Studies at upper secondary schools will be carried out remotely. Matriculation exams will be organised according to a tighter schedule. New schedules have been communicated directly to the students.
- Teaching at the adult education centre (Kansalaisopisto) has been ended. A decision regarding the summer term will be made later.
- The sports academy has been closed
- Teaching at the music academy will be carried out remotely

Culture and leisure

Outdoor exercise areas can be used as normal, but all other leisure and culture services are closed:

- City orchestra concerts
- museums and children's museum Mukulakatu
- libraries, self-service libraries and mobile library
- youth houses
- a decision regarding summer camps and outings for adolescents will be made later
- activities at Sinkkola
- indoor exercise areas
- swimming pools
- community house Satama and club house Rupla

Customer service points

- The city's service points in the city and in rural areas are open for customers.
- The service point in Carelicum has moved to the City Hall (Rantakatu 20)
- The urban environment service point (Muuntamontie 5) is open for customers.
- Opening hours at the service points may change, and we may have to limit the number of customers.
- Customers are primarily asked to use electronic service channels or the telephone.
- Joensuun Vesi's customer service has been closed. Customer service will be carried out electronically and by telephone.

Public events

- Public events and meetings with more than 10 participants, whether indoors or outdoors, are not permitted.
- All public events in the city's premises have been cancelled until the end of May.

Employment services

- You can apply for a summer job with the city until the end of March, and the campaign will continue as before until further notice.
- Trainees' traineeship periods are limited.
- We are not currently accepting people to rehabilitative work activities.
- Pay subsidy work and employment obligation work may still be organised in workplaces with normal activities despite the exceptional circumstances.
- Employment service point Luotsi at Kauppakatu 29 is open. Customers are asked to contact Luotsi remotely if possible. All events at Luotsi have been cancelled. Luotsi's electronic service channels are available at www.luotsijoensuu.fi (only in Finnish).

Ask about the effects of the coronavirus on the City of Joensuu's services

The epidemic has a major impact on the city's services and residents' daily life. For more information about the city's services during the coronavirus outbreak:

Kysy kaupungin palveluista koronavirusstilanteesta:

- Send a WhatsApp message to **050 67 281**
- Send your questions by email to koronainfo@joensuu.fi
- You can also send your questions by using the online form at www.joensuu.fi/kysy-koronasta (the form is only available in Finnish)

Please note! We only give out advice regarding the services of the City of Joensuu. For health-related guidance, please contact Siun sote, which is responsible for healthcare in North Karelia.

Advice for businesses

Business Joensuu advises companies and businesses on the challenges posed by the coronavirus. On-call Business Service is available on +358 10 419 8011 Mon–Fri 9–17. All companies in Joensuu region can call the On-call Business Service.

City of Joensuu's Immigration services have moved to Kauppakatu 29 (3rd floor).

Opening hours:

- Monday 12–15.30
- Tuesday–Friday 8.30–11 and 12–15.30

Об эпидемии коронавируса

В декабре 2019 года в Китае были зафиксированы случаи пневмонии, вызванные новым, ранее не встречавшимся вирусом. Этот вирус носит название коронавируса.

Он в основном передается от человека к человеку воздушно-капельным путем при кашле и чихании. Вирус может передаваться через зараженные поверхности при прикосновении к ним.

Вирус распространился по всему миру. Как и во многих других странах, в Финляндии правительство вынесло решение о мерах по борьбе с эпидемией коронавируса в стране.

Для сдерживания эпидемии Администрация Йюэнсуу исполняет решение правительства, следует рекомендациям Национального института здравоохранения и социального благополучия населения Финляндии, а также рекомендациям Департамента здравоохранения и социального обеспечения Северной Карелии Siun sote.

Симптомы

Коронавирус может вызывать острую респираторную инфекцию. У многих заразившихся наблюдаются только

легкие симптомы, но бывают и тяжелые случаи болезни. Болезнь протекает тяжелее у лиц с хроническими заболеваниями, у тех, кто страдает диабетом, проблемами с сердцем, сосудами или легкими.

Симптомы коронавирусной инфекции: повышенная температура, кашель, затруднение дыхания, боль в мышцах, усталость.

Легкие симптомы респираторной инфекции

Если у вас имеются легкие симптомы, такие как насморк, кашель, боль в горле, мышечная боль или повышенная температура, оставайтесь дома и выздоравливайте. Оставайтесь дома до тех пор, пока симптомы не пройдут полностью. После этого побудьте дома еще один день.

Не приходите в общественные учреждения или на плановый прием к врачу – к стоматологу, в социальную службу, к физиотерапевту или в кон-

сультацию, если у вас имеются даже незначительные симптомы респираторной инфекции. Не забудьте отметить ранее назначенный прием!

При подозрении на заражение коронавирусом

Если вам требуется медицинская помощь, позвоните в службу неотложной помощи по номеру 116 117 или в свою поликлинику. Медработники оценят ситуацию и дадут дальнейшие рекомендации.

Перед личным обращением в поликлинику или в дежурное отделение обязательно позвоните!

Актуальные инструкции и информация о ситуации с коронавирусом в Северной Карелии представлены на сайте www.siunsote.fi/korona.

Если вы входите в группу риска (вам более 70 лет или у вас имеется хроническое заболевание) и ваше самочувствие ухудшилось, сразу же позвоните!

Важные номера телефонов

Служба неотложной помощи 116 117 (круглосуточно)

Справки и запись на прием в поликлиники Йюэнсуу (по будним дням с 8 до 16 ч)

- Эно 013 330 2214
- Кийтелюсваара 013 330 2215 (пн.–чт. 8–16, пт. 8–15)
- Нийниваара 013 330 2213
- Пюхяселькя 013 330 2218
- Рантакюля 013 330 2212
- Сийлайнен 013 330 2211
- Тууповаара 013 330 2219 (пн.–чт. 8–16, пт. 8–15)

Справочная для пожилых «Анккури» 013 330 2890 (пн.–пт. 8–16)

Единый номер справочной по вопросам коронавируса 0295 535 535 (пн.–пт. 8–21 и сб. 9–15). Обслуживание в основном на финском языке. По возможности – на шведском

Услуги здравоохранения и несрочная медицинская помощь

Все визиты в больницы, палаты, стационары при поликлиниках, дома престарелых и жилые комплексы для пенсионеров запрещены. Если визит нельзя отложить, о нем необходимо договориться заранее с персоналом.

Часть несрочных приемов отменяется и переносится на более позднее время. Это, например, плановые стоматологические приемы лиц старше 70-и лет и лиц, входящих в группу риска. Департамент здравоохранения и социальной защиты населения Северной Карелии (Siun sote) свяжется с пациентами лично.

и английском.

Психологическая помощь

Не оставайтесь один на один с тем, что вас тревожит. Поговорите с близкими. Если вы считаете, что нуждаетесь в помощи профессионального психолога, обратитесь по нижеуказанным номерам:

- дежурная социальная служба 013 330 9002 (круглосуточно)
- отделение интенсивного амбулаторного лечения взрослых 013 330 2132 (8–21).

Психологическая помощь также предоставляется по единому номеру кризисного центра

- 09 2525 0111 на финском языке, круглосуточно
- 09 2525 0113 на арабском и английском языках (пн., вт. 11–15, ср. 13–16 и 17–21, чт. 10–15)

Новая запись на несрочный прием производится согласно текущей ситуации. Предпочтительна запись на прием по телефону. По многим направлениям возможность онлайн-записи ограничена. Количество телефонных операторов, в свою очередь, увеличивается.

Дистанционное обслуживание и приемы осуществляются в тех областях медицины, в которых это возможно.

Информация об услугах здравоохранения имеется на сайте www.siunsote.fi.

Защитите себя от заражения, предотвратите передачу вируса

Коронавирус представляет особый риск для пожилых и лиц с хроническими заболеваниями. Эта категория людей подвержена также другим инфекциям, и поэтому нуждается в особой защите.

Позвоните или отправьте сообщение близким, им будет приятно. Ходите в гости только если это крайне необходимо. Помочь близким можно и взяв на себя решение их повседневных вопросов.

- Тщательно мойте руки с мылом.
- Если нет возможности помыть руки, воспользуйтесь дезинфицирующим средством.
- Кашляйте и чихайте правильно: прикрывайте рот одноразовым носовым платком, защищая ладони и нос. Старайтесь сразу же выбросить использованный платок и вымыть руки или воспользоваться дезинфицирующим средством. Если нет платка, кашляйте в верхнюю часть рукава. Не прикрывайте рот ладонью!
- Если вы больны, не ходите на работу или в гости к людям, которые входят в группу риска, оставайтесь дома.
- Если вам больше 70 лет, и вы входите в группу риска, оставайтесь дома.

Изменения в работе муниципальных учреждений Йоэнсуу

Правительство Финляндии вынесло решение о мерах по борьбе с эпидемией коронавируса в стране. Администрация Йоэнсуу исполняет решение правительства, следует рекомендациям Национального института здравоохранения и социального благополучия населения Финляндии, а также рекомендациям Департамента здравоохранения и социального обеспечения Северной Карелии Siun sote. В связи с этим с 18.3.2020 по 13.4.2020 в городе будут закрыты государственные учреждения и муниципальные службы. О возможных изменениях будет сообщено позднее.

Детские сады и школы

- Семьям детей, которые учатся в школе или ходят в детский сад, уже выданы инструкции на период нештатной ситуации.
- Детские сады работают, но родителям рекомендуется оставлять детей дома, если есть такая возможность.
- Семьи тех детей, которые отсутствуют в детском саду две недели подряд с 17 марта по 13 апреля, получают полную компенсацию оплаты за этот период.
- Открытые детские сады (муниципальные дневные кружки) закрыты до 13 апреля. Плата за этот период не взимается.
- В целом группы в детских садах будут объединены и занятия будут вестись по интенсивной программе.
- Школы закрыты до 13 апреля, обучение ведется дистанционно.
- Некоторые ученики 1–3 классов и дети, получившие решение о специализированной поддержке, продолжают ходить в школу.
- Персонал школы и родители (законные представители детей) поставлены в известность об организации обучения в школе и удаленно, а также о других школьных вопросах.
- Гимназии перешли на дистанционное обучение. Выпускные экзамены будут проведены в сжатые сроки. Абитуриентов напрямую известили об изменении расписания.
- Занятия в народных училищах завершены. Решение о летнем периоде будет принято позднее.
- Спортивная академия закрыта.
- Обучение в консерватории будет проходить удаленно.

Культура и досуг

- Уличные спортивные площадки открыты как обычно. Закрыты / отменены:

- концерты городского оркестра
- музеи и детский городок Mukulakatu
- обычные библиотеки, библиотеки самообслуживания и библиобус
- центры досуга молодежи
- решение о летних детских лагерях и походах/экскурсиях будет принято позднее
- деятельность центра Sinkkola
- спортивные заведения
- бассейны
- центр встреч Satama и центр досуга Rupla

Пункты обслуживания клиентов

- Муниципальные пункты в центре Carelicum (по адресу Koskikatu 5) и в сельской местности открыты.
- Пункт обслуживания по вопросам в области городской среды (по адресу Muuntamontie 5) открыт.
- В часах работы возможны изменения. Число посетителей может быть вынужденно ограничено.
- Просим в первую очередь обращаться по электронной почте или по телефону.
- Клиентская служба городского водоканала [Joensuu Vesi] не принимает посетителей. Обращайтесь по телефону или электронной почте.

Общественные мероприятия

- Общественные мероприятия и встречи с участием более десяти человек на улице и в помещении запрещены.
- Все общественные мероприятия в помещениях, принадлежащих городу, отменены до конца мая.

Служба занятости

- Город принимает заявления на летнюю работу до конца марта. В настоящее время набор ведется без изменений.
- Периоды трудовой практики будут ограничены.
- В настоящее время не ведется

дополнительный набор в группы реабилитационной трудовой деятельности.

- В местах, которые продолжают работать как обычно, невзирая на нештатную ситуацию, может по-прежнему организовываться работа, за которую работодатель получает пособие для выплаты зарплаты работнику, и могут проводиться обязательные работы.
- Пункт службы занятости Luotsi по адресу Kauprakatu 29 открыт. Просим по возможности решать вопросы дистанционно. Все мероприятия Luotsi отменены. Электронные каналы связи Luotsi www.luotsijoensuu.fi (только на финском языке).

Задать вопрос о том, как ситуация с коронавирусом влияет на работу городских учреждений

Эпидемия сильно сказывается на повседневной работе городских учреждений и на жизни горожан.

Задайте вопрос о текущем режиме работы государственных учреждений:

- через WhatsApp по номеру **050 67 281**
- по электронной почте koronainfo@joensuu.fi
- посредством онлайн-анкеты www.joensuu.fi/kysy-koronasta (анкета только на финском)

Внимание! Мы консультируем только касательно работы муниципальных учреждений Йоэнсуу. По вопросам о здоровье обращайтесь в Департамент здравоохранения и социального обеспечения Северной Карелии (Siun sote).

احمي نفسك من الأمراض المعدية واتخذ الإجراءات الوقائية لعدم انتشارها

الفترة المعرضة للخطر بالنسبة لفيروس كورونا هي على وجه الخصوص الأشخاص كبار السن وكذلك المرضى ببعض الأمراض المزمنة. هم معرضون أيضاً للأمراض المعدية الأخرى، لذلك تُعتبر حمايتهم مهمة جداً.

أدخل الفرحة على قلوب المقربين منك من خلال الاتصال الهاتفي بهم أو من خلال طرق التواصل الإلكتروني الأخرى. اذهب للزيارة فقط إذا كان ذلك ضرورياً. بإمكانك المساعدة أيضاً من خلال رعاية الأمور اليومية بالنيابة عن الأشخاص المقربين منك.

- اغسل يديك بعناية بالماء والصابون.
- استخدم مطهر اليدين، إذا لم يكن من الممكن غسل اليدين.
- تذكر الطريقة الجيدة للنظافة عند السعال. قُم بحماية اليدين والأنف بمناديل الأنف التي تُستعمل لمرة واحدة عندما تسعل أي تقح أو عندما تعطس. ضع منديل الأنف المستعمل في القمامة، وأغسل اليدين أو استعمل شطف اليدين مباشرةً إذا كان ذلك ممكناً. إذا لم يكن لديك منديل أنف، فاسعل أي قح أو أعطس في زاوية أكرام الساعد أو الذراع. لا تسعل ولا تعطس في راحة يدك.
- لا تذهب وأنت مرض إلى العمل ولا تذهب لزيارة الأشخاص التابعين للفئات المعرضة للخطر.
- إذا كان عمرك يزيد عن 70 سنة أو إذا كنت من الفئات المعرضة للخطر فإبقى في البيت.

الخدمات التي تغيرت لمدينة يوينسوو

- المكتبات العامة والمكتبات العامة ذات الاستعمال المستقل وسيارة المكتبة العامة
- بيوت الشباب
- سوف تُصدر القرار فيما بعد بشأن المخيمات والرحلات الصيفية للشباب
- فعاليات ونشاطات سينكولا (Sinkkola)
- الأماكن الداخلية لممارسة الرياضة
- المساح
- قررت حكومة فنلندا اتخاذ إجراءات للسيطرة من خلالها على انتشار وباء فيروس كورونا في فنلندا. تلتزم مدينة يوينسوو بسياسات الحكومة وتوجيهات المؤسسة الوطنية للصحة والرفاهية وكذلك بإرشادات سيون سوتي (Siun sote) المسؤولة عن الخدمات الصحية لشمال كارايالا (Pohjois-Karjala).
- لذلك تُغلق مدينة يوينسوو خدماتها للحد من انتشار وباء فيروس كورونا خلال الفترة 13/4/2020 - 18/3/2020. سوف تُبلغ عن التغييرات المحتملة فيما بعد.

حضانة الأطفال والتعليم

- لقد حصلت العائلات التي لديها أطفال في المدارس وفي حضانات الأطفال على إرشادات من المدينة بشأن ترتيبات الفترة الاستثنائية.
- حضانات الأطفال مفتوحة، ولكن تم توصية الوالدين برعاية أطفالهما في البيت إذا كان ذلك ممكناً.
- تلك العائلات التي كان طفلهم متغيباً عن الرعاية المبكرة بشكل متواصل لمدة أسبوعين خلال الفترة 13/4 - 17/3، سوف تحصل على معافاة كاملة من الدفع عن فترة الغياب.
- تُوقف فعاليات التربية المبكرة المفتوحة (النوادي اليومية للمدينة) حتى تاريخ 13 أبريل. لن نقوم بجباية مدفوعات الزبون عن هذه الفترة على كل حال.
- بخلاف ذلك، سوف يتم تكثيف فعالية التربية المبكرة ودمج المجموعات.
- المدارس مغلقة حتى تاريخ 13 أبريل، والدراسة تكون في البيت من خلال التعلم عن بُعد.
- المدارس مفتوحة للتعليم الأولي والصفوف 1-3. ننصح بالدراسة من البيت ما أمكن.
- لقد تم إبلاغ طواقم العاملين في المدارس وكذلك أولياء الأمور عن ترتيبات التعليم في المدارس والتعلم عن بُعد، وعن الأمور الأخرى المتعلقة بالعمل المدرسي.

المناسبات العامة والأحداث

- تُمنع المناسبات العامة والاجتماعات في الأماكن الداخلية والخارجية التي يزيد عدد المشاركين فيها عن عشر أشخاص.
- تم إلغاء جميع المناسبات العامة التي يتم تنظيمها في الأماكن الخاصة بالمدينة حتى نهاية شهر مايو.

خدمات التشغيل والعمل

- التقدم بالطلب لأماكن العمل الصيفية التابعة للمدينة متواصل حتى نهاية شهر مارس، والحملة مستمرة في الوقت الحاضر بشكل طبيعي.
- سوف تُقيد فترات التدريب للمتدربين على العمل.
- لن نأخذ في الوقت الحاضر أشخاصاً لفعالية العمل لإعادة التأهيل.
- بإمكاننا مواصلة تنظيم العمل بالراتب المدعوم والعمل المُلزم في تلك الأماكن التي تستمر فعالية عملها بشكل طبيعي على الرغم من الظروف الاستثنائية.

- نقطة خدمات التشغيل والعمل لوتسي (Luotsi)، العنوان: Kauppakatu 29، مفتوحة. نطلب من السكان بأن يتعاملوا عن بُعد حسب الإمكانيات. تم إلغاء جميع أحداث لوتسي (Luotsi). قنوات المعاملات الإلكترونية لوتسي (istouL) على الرابط: www.luotsijoensuu.fi (باللغة الفنلندية فقط)

الثقافة ووقت الفراغ

- أماكن التجول في الهواء الطلق مُتاحة للاستعمال بشكل طبيعي، بخلاف ذلك فإن خدمات وقت الفراغ والخدمات الثقافية مغلقة.
- الحفلات الموسيقية للأوركسترا التابعة للمدينة
- المتاحف ومكان لعب الأطفال موكولاكاتو (Mukulakatu)

معلومات عن وباء كورونا

تم إثبات في الصين في شهر ديسمبر سنة 9102 وجود حالات التهاب رئوي، تم إثبات أن المُتسبب بها هو فيروس كورونا الجديد غير المعروف.

تنتقل العدوى بفيروس كورونا في المقام الأول من خلال الرذاذ (القطرات)، عندما يسعل (يقح) أو يعطس الشخص. من الممكن أيضاً أن تنتقل العدوى بواسطة اللمس من خلال الأسطح.

لقد انتشر الفيروس في أرجاء العالم. كما هو الحال في العديد من الدول الأخرى، فإن الحكومة في فنلندا قد اتخذت إجراءات للسيطرة على انتشار وباء فيروس كورونا.

تلتزم مدينة يوينسوو للسيطرة على الوباء بسياسات الحكومة وتوجيهات المؤسسة الوطنية للصحة والرفاهية وكذلك بإرشادات سيون سوتي (Siun sote) المسؤولة عن الخدمات الصحية لشمال كارايلا (Pohjois-Karjala).

ما هي أعراض فيروس كورونا الجديد؟

فيروس كورونا يُسبب التهاب حاد للجهاز التنفسي. الأعراض التي ظهرت على العديد من المرضى كانت خفيفة، ولكن كان من بينهم مرضى بشكل خطير. العديدون من الذين كانت أعراضهم خطيرة، كان لديهم مرض مُعِين مُزمن، كمرض السكري أو مرض في القلب أو مرض ضغط الدم أو مرض في الرئتين.

من ضمن أعراض المرض: ارتفاع درجة حرارة الجسم والسعال (القحة) وضيق التنفس وألم العضلات والتعب.

الأعراض الخفيفة للجهاز التنفسي

إذا كانت لديك أعراض خفيفة لالتهابات الجهاز التنفسي كالرشح/الزكام أو السعال (القحة) أو ألم الحلق أو ألم العضلات أو ارتفاع درجة حرارة الجسم، فخذ قسط من الراحة وابق في البيت بهدوء وأنت مريض. إبقى في البيت حتى تنتهي الأعراض، وينقضي يوم بدون أعراض.

لا تذهب إلى الاستقبال في أماكن أخرى ولا إلى الخدمات غير المستعجلة كعلاج الأسنان أو مكتب الخدمات الاجتماعية أو العلاج الطبيعي أو استشارات الأمومة والطفولة، إذا كانت لديك حتى ولو أعراض خفيفة لالتهابات الجهاز التنفسي. تذكر أيضاً إلغاء المواعيد المحجوزة سابقاً.

هل تشك بأنك مُصاب بالعدوى بفيروس كورونا؟

إذا كنت تشك بأنك تحتاج إلى العلاج، فاتصل بإسعافات الطوارئ 116117 أو بالمستوصف الذي تتبع له. يقوم مهنيو الرعاية الصحية بتقييم الوضع ويقدمون بشأن ذلك الإرشادات المناسبة للمواصلة.

المساعدة الحوارية والدعم

لا تبقى وحيداً بشأن الأمور التي تُقلقك، تحدث مع المقربين منك. إذا كنت تشعر بأنك بحاجة إلى مساعدة حوارية مع الأشخاص المهنيين، فبإمكانك التواصل مع:

- مناوبة الطوارئ للخدمات الاجتماعية 013 330 9002 (على مدار الساعة)
- الرعاية المفتوحة المُكثفة للطب النفسي للكبار (الساعة: 8.00 - 21.00).

كما أن هاتف الأزمات للدولة كلها يُقدم المساعدة الحوارية

- 09 2525 0111 باللغة الفنلندية على مدار الساعة
- 09 2525 0113 باللغة العربية والإنجليزية (الاثنين والثلاثاء، الساعة: 15 - 11، الأربعاء، الساعة 31 - 61 و 71 - 12 وكذلك الخميس 15 - 10)

خدمات الرعاية الصحية والعلاج غير المستعجل

تُمنع في الوقت الحاضر جميع الزيارات إلى المستشفيات وأقسام أسرة المرضى ومستشفيات المستوصفات وبيوت الرعاية ووحدات سكن الخدمات. إذا كانت الزيارة ضرورية، فيتوجب الاتفاق بشأنها مُسبقاً مع طاقم العاملين.

سوف نقوم بإلغاء جزء من المواعيد المحجوزة غير المستعجلة، ونؤجلها إلى فترة لاحقة. وهي على سبيل المثال علاج الأسنان غير المستعجل للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 70 سنة وللقاتل المعرض للخطر. سوف تتواصل سيون سوتي (Siun sote) مع الزبائن مُباشرة بشكل شخصي.

نحجز مواعيد جديدة للعلاج غير المستعجل حسب الوضع المتعلق بالخدمات. يُفضل حجز المواعيد من خلال الهاتف. تم تقييد إمكانيات الحجز من خلال الهاتف للعديد من الخدمات، ويتم التأكيد على الخدمات من خلال الهاتف.

نستفيد من الخدمات عن بُعد والاستقبال عن بُعد بخصوص تلك الخدمات التي من الممكن تأديتها بهذه الطريقة.

معلومات عن الخدمات الصحية موجودة على صفحات سيون سوتي (Siun sote):
www.siunsote.fi

أرقام الهواتف المهمة

إسعافات الطوارئ 116117 (على مدار الساعة)

أرقام حجز المواعيد والاستشارات لمستوصفات يوينسوو (أيام العمل الرسمية الساعة 8.00 - 16.00)

إينو (Eno): 013 330 2214

كيهيتيلوسفارفا (Kiihtelysvaara): 013 330 2215 (الاثنين - الخميس الساعة 8 - 61 ويوم الجمعة الساعة 15 - 8)

نينيفارا (Niinivaara): 013 330 2213

بوهاسيلكا (Pyhäselkä): 013 330 2218

رانتاكولا (Rantakylä): 013 330 2212

سييلينين (Siilainen): 013 330 2211

تووبوفارا (Tuupovaara): 013 330 2219 (الاثنين - الخميس الساعة 8 - 16 ويوم الجمعة الساعة 15 - 8)

استشارات كبار السن أنكوري (Ankkuri) 013 330 2890: (الاثنين - الجمعة، الساعة: 8.00 - 16.00).

الاستشارات الهاتفية - معلومات لكل الدولة عن فيروس كورونا، هاتف:

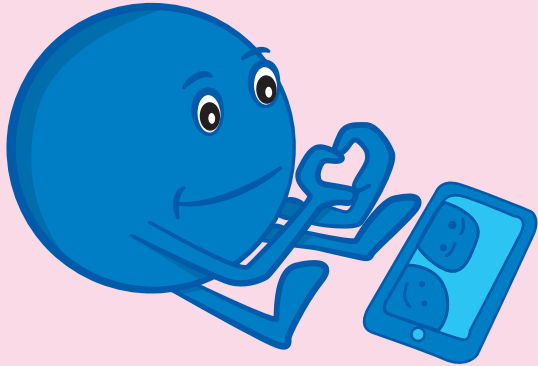
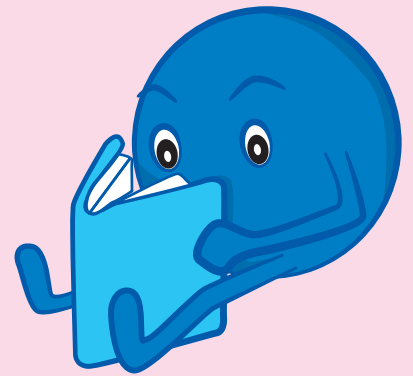
0295 535 535 (الاثنين - الجمعة، الساعة 21 - 8 ويوم السبت، الساعة

15 - 9). يتم الحصول على الخدمة في المقام الأول باللغة الفنلندية، وحسب الإمكانيات أيضاً باللغة السويدية واللغة الإنجليزية.

مكتب خدمات المهاجرين مفتوح. العنوان الجديد
Kauppakatu 29

www.joensuu.fi/maahanmuuttajapalvelut

أوقات الإفتتاح: الإثنين 12-15.30 والثلاثاء والجمعة 8.30-11 و12-15.30



Pysy kotona, jos voit.

- rakenna hyönteishotelli • vietä aikaa perheen kanssa
- lounasta etänä työkavereiden, ystävien tai sukulaisten kanssa
 - siivoa se yksi ikuisuusprojektikaappi
- opettele soittamaan jotain soitinta • lue tai kuuntele kirja
 - piirrä tai maalaa tai askartele • tee käsitöitä
 - opettele neulomaan
 - pidä virtuaaliset illanistujaiset tai elokuvailta
- käy kävelyllä • kokoa palapeli • katso etäkonsertteja
 - osallistu etäjoogaan • mene metsään
- pidä virtuaalinen tietovisa ystäville tai sukulaisille
 - katso kissa-, koira- ja vesisikavideoita
 - käy internetin virtuaalimuseoissa
- soita vanhemmille, isovanhemmille, sisaruksille, serkuille, ystäville... • pelaa verkossa etänä lautapelejä (Tabletopia)
 - opiskele verkossa • luovuta verta (jos olet terve)
- katso ahmaliveä Yle Arenasta • kokeile uusia reseptejä
 - idätä kasveja kesää varten • unelmoi
 - lepää • helli hapanjuuriasi
 - saksikieliset käyttökelpottomat vaatteet kuteiksi
 - järjestele valokuva-albumit ja tilaa paperikuvia
- pidä itsestäsi huolta • piirrä lasten kanssa (tai vaikka ihan itse) piristyspostia naapurin karanteenissa olevalle mummulle (muista hygienial!)
- kuuntele kuunnelmia • tunnista lintuja ja niiden ääniä
 - kirjoita kirjeitä ystäville ja sukulaisille

