




Powiat Otwocki

Szanowni Państwo,

Wiem, że dla wielu z Was trudno odnaleźć się w nowej sytuacji. Szczególnie wtedy, jeśli dotychczas byliście samowystarczalni, a dziś nie możecie nawet zrobić zakupów, bo wyjście z domu jest poważnym ryzykiem. Chcę jednak zapewnić, że służby są gotowe, aby odpowiadać na Państwa potrzeby. Przedstawiamy Państwu kompendium informacji dotyczące najważniejszych kontaktów do odpowiednich instytucji. Z niniejszej ulotki dowiedziecie się, gdzie szukać pomocy i w jaki sposób bronić się przed zagrożeniem. Wierzę, że obecne doświadczenia wzmocnią nas i zjednoczą.

Cezary Łukaszewski
Starosta Otwocki



KORONAWIRUS
(SARS-COV-2)

JEŚLI CHCESZ UZYSKAĆ POMOC W ZROBIENIU ZAKUPÓW

Pamiętaj o tym, żeby w pierwszej kolejności korzystać z pomocy zaufanych osób i instytucji. Bądź ostrożny, jeśli nieznajoma osoba obiecuje pomoc i chce, żebyś przekazał jej pieniądze. Poniżej znajdziesz kontakty do instytucji, które pomogą w zrobieniu zakupów.

POWIAT OTWOCKI:

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, tel.: 22 719 48 10.

OTWOCK: Ośrodek Pomocy Społecznej, tel.: 22 779 36 32 lub 22 779 36 92.

JÓZEFÓW: Straż Miejska, tel.: 22 789 22 12 lub 513 188 882.

KARCZEW: Miejsko-Gminny

Ośrodek Pomocy Społecznej, tel.: 22 780 94 61 lub 797 957 899.

SOBIENIE-JEZIORY: Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej, tel.: 25 685 80 69.

CELESTYNÓW: Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej i Hufca ZHP Celestynów, tel.: 22 789 70 54 wew. 139/140 lub 512 239 231.

KOŁBIEL: Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej, tel.: 25 757 39 92 wew. 6.

OSIECK: Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej, tel.: 515 328 730.

WIĄZOWNA: Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej, tel.: 22 780 46 59.



Powiat Otwocki

JEŚLI POTRZEBUJESZ WSPARCIA PSYCHOLOGICZNEGO

Pamiętaj, że jest wiele osób, które udzielą Tobie wsparcia, podzielą się swoim czasem, porozmawiają. Jeśli czujesz się samotny, nosisz w sobie lęki lub obawy, które cię przerastają, zadzwoń do specjalistów. Poniżej znajdziesz wybrane telefony do jednostek, w których uzyskasz pomoc.

OTWOCK:

Kontakt z psychologiem z PCPR, od poniedziałku do piątku w godz.: 8.00 – 16.00, tel.: 22 719 48 10.

KARCZEW:

Kontakt telefoniczny z psychologiem w godz.: 14.00 – 18.00 pod nr tel.: 798 613 024.

WIĄZOWNA:

Dyżury psychologów od poniedziałku do piątku w godz.: 8.00 – 18:00, tel.: 735 523 311 lub 799 090 490.



Powiat Otwocki

JEŚLI POTRZEBUJESZ PORADY MEDYCZNEJ LUB RECEPTY

W sytuacji zagrożenia epidemicznego, stosując się do zaleceń Narodowego Funduszu Zdrowia, wiele przychodni zmieniło zasady funkcjonowania. Dlatego, jeśli potrzebujesz porady lekarskiej lub recepty, najpierw skontaktuj się ze swoją przychodnią telefonicznie. Poniżej przedstawiamy wybrane informacje z gmin.

OTWOCK: W Powiatowym Centrum Zdrowia, do odwołania wstrzymuje się planowe wizyty ambulatoryjne w poradniach specjalistycznych działających w Przychodni Specjalistycznej PCZ, z wyjątkiem Poradni Onkologicznej oraz Poradni Chirurgicznej.

JÓZEFÓW: Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, teleporady: 22 789 21 21.

KARCZEW: Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Lecznictwa Otwartego, teleporady pon.-pt. w godz. 13.00-15.00, tel.: 22 780 65 91.

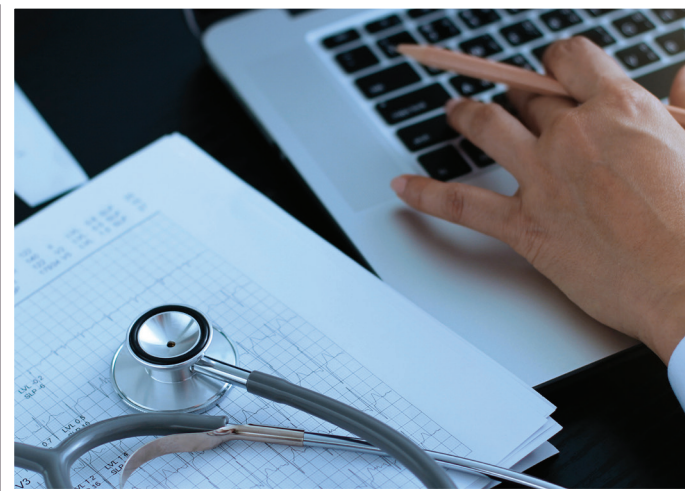
WIĄZOWNA: Rejestracja do lekarzy tylko telefoniczna, tel.: 22 789 01 15 lub 22 397 41 63.

CELESTYNÓW: Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, rejestracja oraz teleporady nr tel.: 22 506 51 71 , 605 115 277.

KOŁBIEL: Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, informacja pod nr tel.: 25 7573191, 511 265 269.

SOBIENIE-JEZIORY: Teleporady po wcześniejszej rejestracji telefonicznej, tel.: 25 685 80 26.

OSIECK: Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej, teleporady: 25 685 70 22.



JEŚLI CHCESZ ZAŁATWIĆ SPRAWY URZĘDOWE

Zalecamy, abyś w miarę możliwości przełożył załatwianie spraw na późniejszy czas. Jeśli jednak jest to niemożliwe, zachęcamy do kontaktu telefonicznego ze swoim urzędem. Odpowiedni pracownicy pomogą Tobie w załatwieniu niezbędnych spraw, udzielą informacji lub poinformują o dokumentach, które należy złożyć.



Pamiętaj, że wiele wydziałów i biur w urzędach na terenie naszego Powiatu pracuje w trybie wewnętrznym, co oznacza, że nie przyjmują interesantów w trosce o ich bezpieczeństwo (zgodnie z rekomendacją GISu, aby nie tworzyć skupisk ludzi). Dlatego zachęcamy do tego, żebyś załatwiał sprawy telefonicznie, mailowo, drogą korespondencyjną lub za pośrednictwem ePUAP. Poniżej podajemy numery telefonów do poszczególnych urzędów:

korespondencyjną lub za pośrednictwem ePUAP. Poniżej podajemy numery telefonów do poszczególnych urzędów:

Starostwo Powiatowe w Otwocku, tel.: 22 778 13 00.

Urząd Miasta Otwocka, tel.: 22 779 20 01.

Urząd Miasta Józefowa, tel.: 22 779 00 00.

Urząd Miejski w Karczewie, tel.: 22 780 60 83.

Urząd Gminy Celestynów, tel.: 22 789 70 60.

Urząd Gminy Sobienie-Jeziory, tel.: 25 685 80 90.

Urząd Gminy Osieck, tel.: 25 685 70 26.

Urząd Gminy Wiązowna, tel.: 22 512 58 00.

Urząd Gminy Kołbiel, tel.: 25 757 39 92.



Powiat Otwocki

JEŚLI CHCESZ UCZESTNICZYĆ W NABOŻEŃSTWIE

W związku z nowym rozporządzeniem rządu, do 11 kwietnia obowiązują restrykcje, zgodnie z którymi we mszy świętej może brać udział maksymalnie 5 osób. Episkopat jednak zachęca do tego, żeby korzystać z elektronicznych środków, aby uczestniczyć w modlitwie.

Jeśli chcesz uczestniczyć we mszy świętej, wykorzystaj do tego radio lub telewizję. Możesz też sprawdzić, czy Twoja parafia nie prowadzi transmisji nabożeństw przez Internet, jak robi to na przykład Parafia Matki Bożej Królowej Polski w Otwocku:

www.parafiaotwockkresy.pl.

Nie wychodząc z domu, nie narażasz się na zagrożenie. Poniżej znajdziesz listę mszy św. dostępnych w kanałach telewizyjnych i radiu:

TVP3: codziennie o godz.: 20.00.

TVP1: w niedzielę o godz.: 7.00 i 11.00.

Polsat NEWS: w niedzielę o godz.: 9.00.

TV Trwam: codziennie o godz.: 13.30.

Polskie Radio Program 1: w niedzielę o godz.: 9.05.

Radio Maryja: w niedzielę o godz.: 9.00.



Powiat Otwocki