



PREZYDENT MIASTA POZNANIA
JACEK JAŚKOWIAK

Poznań, 11 marca 2020 r.

Drogie Seniorki, Drodzy Seniorzy

Szanowni Państwo,

w okresie wzmożonych przypadków zachorowań na koronawirusa na świecie, a ostatnio również w naszym kraju, Miasto Poznań chce objąć szczególną troską, ochroną i opieką wszystkich Seniorów. Jesteście Państwo naszymi rodzicami, dziadkami, sąsiadami – osobami szczególnie dla nas ważnymi. Obowiązek zadbania o Państwa życie i zdrowie spoczywa (z racji sił i wieku) na nas, młodszych pokoleniach.

Duże skupiska ludzi sprzyjają rozprzestrzenianiu się koronawirusa i innych wirusów przenoszonych drogą kropelkową, stąd apeluję o możliwe ograniczenie przebywania w miejscach publicznych, gdzie mogą się Państwo zarazić. To czas próby dla wszystkich bliskich, którzy są w stanie pomóc w codziennych czynnościach, takich jak zakupy, zaopatrzenie w leki, załatwianie spraw urzędowych i pocztowych. Nie bójcie się Państwo o taką pomoc poprosić. Wierzę, że ludzka solidarność i wrażliwość pozwoli nam przetrwać ten trudny czas walki z wirusem. Rozważcie również Drodzy Państwo zastąpienie kontaktów osobistych rozmowami telefonicznymi.

Pamiętajcie Drodzy Seniorzy o prostej czynności częstego mycia rąk. Dłonie dotykające wielu powierzchni, również tych zanieczyszczonych wirusem, mogą być źródłem zakażenia. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami może spowodować przeniesienie wirusa z powierzchni na siebie. Zadbajcie również o czystość wokół Was. Lamy i stoły, klamki, włączniki światła, poręcze – te wszystkie miejsca mogą potencjalnie stanowić ryzyko przenoszenia się wirusa. Przy użyciu wody i detergentów postarajcie się dezynfekować najbliższe otoczenie, a udając się

w miejsce publiczne, miejcie Drodzy Seniorzy szczególnie na uwadze ograniczenie kontaktu dotykowego. Dezynfekujcie swoje telefony komórkowe (np. wilgotnymi chusteczkami nasączonymi środkiem dezynfekującym). Nie kładźcie telefonu na stole i nie korzystajcie z niego podczas spożywania posiłków. Zachowujcie bezpieczną odległość od rozmówcy (minimum 1,5 metra), a w najbliższym czasie postarajcie się ograniczyć również czuły i bliski kontakt z członkami rodziny, zwłaszcza dziećmi, które mogą być nosicielami wirusa, choć przechodzą go bezobjawowo. Podjęta przeze mnie decyzja o zamknięciu placówek edukacyjnych w mieście Poznaniu ma cel profilaktyczny i służy ochronie nas wszystkich – dzieci, rodziców i dziadków. Szczególnie wystrzegajcie się kontaktu z osobami kaszlącymi, kichającymi lub mającymi gorączkę.

W przypadku gorszego samopoczucia – przy kichaniu, kaszlu zakrywajcie Drodzy Państwo usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką oraz często myjcie ręce. Zadbajcie również o dobrą dietę, bogatą w warzywa i owoce oraz unikajcie wysoko przetworzonej żywności. Bardzo ważnym aspektem profilaktyki zachorowań jest picie dużej ilości wody.

Kochani Seniorzy, chciałbym aby niepokój, niepewność, brak informacji w przypadku zachorowań na koronawirusa nie tylko Państwa nie dotyczył, ale i nie wpłynął na Państwa jakość życia. Korzystajcie ze sprawdzonych źródeł wiedzy opartych na dowodach naukowych, które publikowane są na stronach internetowych Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektora Sanitarnego.

Wierzę, że wszyscy z tego doświadczenia wyjdziemy zwycięsko, a dzięki wspólnej mobilizacji życie i zdrowie wszystkich mieszkańców Miasta, a zwłaszcza seniorów, uda się ochronić najlepiej, jak to możliwe. Zwracam się do Państwa z prośbą o przekazanie tego listu wszystkim swoim bliskim, sąsiadom i znajomym.

Z wyrazami szacunku

