

Piirangud Otepää vallas seoses koroonaviiruse puhanguga

Vastavalt 12. märtsi Vabariigi Valitsuse otsusele kehtib Eestis 1. maini eriolukord (1. mai kaasa arvatud). Abinõud kehtestatakse koroonaviiruse leviku tõkestamiseks, inimeste tervise ja elu kaitseks.

Seoses sellega tuletame meelde, et Otepää vallas on alates 16. märtsist suletud kõik haridusasutused, noortekeskused ja huvikoolid. Koolid ja huvikoolid on kaugõppel. Otepää Spordihoone on suletud, huvitegevust ei toimu. Maakonna bussiliinid sõidavad koolivaheaja graafiku järgi.

Otepää valla lasteaiad on avatud. Kui lapsevanematel on vähegi võimalus, palume laps koju jätta.

Kuni 1. maini on keelatud kõik avalikud kogunemised. Otepää vallas jäävad ära kõik kultuuri- ja spordiüritused.

Otepää Tervisekeskuse hooldekodus ja hooldusosakonnas ja Sangaste hooldekodus on kehtestatud karantiin. Külästused on keelatud.

AS Otepää Veevärgi ukseid on klientidele alates 16. märtsist suletud. Endiselt saab asutuse poole pöörduda telefonitsi numbritelt 76 64 890, 51 59 514 ning e-posti teel veevark@otepvesi.ee.

Otepää Turismiinfokeskus on 14. kuni 31.03.2020. a suletud.

Erandkorras, kokkuleppel raamatukoguhoidjaga toimub raamatute laenutamine kontaktivabalt. Palume helistada tööpäevadel raamatukogude telefonidele.

Need meetmed kehtivad kuni Vabariigi Valitsuse korralduse muutmiseni.

Abinõude vajalikkust hinnatakse iga kahe nädala tagant.

Hea vallaelanik! Ajad on rasked. Meil on need koos vaja üle elada. Oleme siin kõik omal moel üks suurpere ja peame raskel ajal kokku hoidma. Kui näed ja tead kedagi, kes vajab kiiret abi, siis anna kohe ka meile teada! Lapsed ja eakad on erilise tähelepanu all.

Eks see praegune olukord ole üks katsumus ja ka omamoodi treeninglaagergi meile kõigile. Aga juba vanasõnagi ütleb: „Pole halba ilma heata“ ja hea on juba seegi, et saame hoolimist üksteisest välja näidata!

Jõudu ja tervist meile kõigile!

Vallavanem KAIDO TAMBERG

Alates 16. märtsist on suletud Otepää vallavalitsus, teenuskeskused ja raamatukogud

Otepää vallavalitsus otsustas seoses viirusepuhanguga peatada kodanike vastuvõtu vallavalitsuses ja teenuskeskustes ning sulgeda valla raamatukogud.

Vallavalitsuse töö toimib edasi ning inimesi teenindatakse telefoni ja e-kanalite vahendusel. Toimuvad ka vallavalitsuse istungid. Avaldusi saab esitada e-posti teel, avalduste blanketid on üleval Otepää valla kodulehel.

Vajadusel toimub vallamajas ainult sünni registreerimine, palume see eelnevalt kokku leppida sekretäri Kristina Reigoga tel. 766 4805; 515 7139.

Valla sotsiaaltöötajad on samuti kaugtööl ning vastuvõttu ei toimu. Vältimatu vajaduse korral palume võtta sotsiaaltöötajatega ühendust ning leppida kokku eraldi aeg.

Kõik muud küsimused lahendatakse telefoni ja e-kirja teel. Valla sotsiaaltöötajad ei transpordi praegu kliente poodi ja apteeki, abivajajatele tuuakse kaup koju ja antakse ilma lähikontaktita üle. Samuti aidatakse jätkuvalt kõikide häda- ja vajalike toimingutega.

Palume kõigil püsida kodus, jälgida oma tervist ning konsulteerida vajadusel perearstiga või helistada perearstinõuandeliinil 1220.

Avatud on ka üleriigiline kriisitelefoni 1247, mis nõustab koroonaviirusega seotud teemadel.

Otepää valla sotsiaaltöötajate kontaktid:

Sotsiaalteenistuse juhataja Kadri Sommer tel. 766 4825; 5303 3032

e-post: Kadri.Sommer@otepaa.ee

Sotsiaaltöö vanemspetsialist Pille Sikk tel. 766 8046; 524 7930

e-post: Pille.Sikk@otepaa.ee

Sotsiaaltööspsialist Kersti Tamm tel. 766 4827; 5199 4123

e-post: Kersti.Tamm@otepaa.ee

Lastekaitsepspsialist Kristel Ilves tel. 5341 9003 e-post: Kristel.Ilves@otepaa.ee

Hooldustöötaja Ruth Leopard tel. 5333 5185 e-post: Ruth.Leopard@otepaa.ee

Hooldustöötaja Andra Rüütli tel. 5197 0053 e-post: Andra.Ruutli@otepaa.ee

Hooldustöötaja Evelin Petter tel. 5308 3023 e-post: Evelin.Petter@otepaa.ee

Tugiisik Airin Hermann tel. 5199 2717 e-post: Airin.Hermann@otepaa.ee

Isiklik abistaja Fred Leopard e-post: Fred.Leopard@otepaa.ee

Tugiisik Anniki Kreek tel. 5919 9564 e-post: Anniki.Kreek@otepaa.ee

Otepää Vallavalitsuse kantselei tel. 766 4800; 515 7139

Majandusteenistuse juhataja Jaak Grünberg 5022316

Vaata Otepää valla töötajate kontakte Otepää valla kodulehel:

www.otepaa.ee/kontaktandmed.

Alates 17.03.2020 ei välju esmaspäeviti, teisipäeviti, kolmapäeviti neljapäeviti ja laupäeviti järgmised Taisto Liinid reisid kuni eriolukorra lõpuni:

Liin 179 kell 7:00 Valga - Karksi-Nuia - Viljandi - Türi - Paide - Tallinn

Liin 179 kell 12:30 Valga - Karksi-Nuia - Viljandi - Türi - Paide - Tallinn

Liin 179 kell 14:00 Tallinn - Paide - Türi - Viljandi - Karksi-Nuia - Valga

Liin 179 kell 18:00 Tallinn - Paide - Türi - Viljandi - Karksi - Nuia - Valga

Alates 17.03.2020 sulgeb Arilix OÜ ajutiselt kuni eriolukorra lõpuni:

Liin nr. 380 kell 14:00 Tartu - Otepää - Valga

Liin nr. 381 kell 17:15 Valga - Tõrva - Elva - Tartu

Kuidas koroonaviirusesse nakatumist ja haiguse levitamist vältida?

Pese tihti käsi

Pese käsi sooja vee ja seebiga ning avalikes kohtades kasuta alkoholipõhist käte desinfitseerimisvahendit. Käte pesemine ja desinfitseerimine tapab kätele sattunud viiruse.

Ühistranspordi kasutamisel tuleb lisaks käte desinfitseerimisele puhastada ka kindad ja kotisangad.

Järgi hingamisteede hügieeni

Kui aevastad või köhid, siis kata oma suu ja nina ühekordse salvrätiga. Viska see koheselt prügikasti ja puhasta seejärel käed. Kui sul ei ole salvrätikut, kasuta oma varrukast (küünarvarre osa), aga mitte paljast kätt.

Suu ja nina katmine takistab pisikute ja viiruste edasi levimist. Kui aevastad vastu paljast kätt, siis võivad pisikud ja viirused sattuda sinu kaudu teistele inimestele ja esemetele, mida katsud.

Väljaldi kontakti

Väljaldi kontakti (vähemalt 1m) inimestega, kellel on välised haigustunnused – näiteks köha või aevastamine. Kui seisad haigusnähtudega inimesele liiga lähedal, võid tema aevastamise korral piisknakkuse sisse hingata ja ise ka haigestuda.

Kuna praegu on ka külmetushaiguste leviku periood, siis kõiki tuttavaid ei ole soovitatav kallistada.

Väljaldi silmade, nina ja suu katsumist

Sinu käed puutuvad avalikes kohtades kokku mitmete esemete ja pindadega, mis võivad olla hiljuti viiruste poolt saastatud. Kui puudutad oma silmi, nina või suud nende kätega, siis on võimalus, et viirus kandub ka sinule edasi.

Kui sul on palavik, köha, nohu, hingamisraskused, otsi varakult abi

Ütle tervishoiutöötajale, et oled reisinud riskipiirkonnas, kus on teatatud COVID-19 levikust, või ütle, et oled olnud lähikontaktis kellegagi, kes on riskipiirkonnas reisinud ja/või kellel on hingamisteede haiguste sümptomid (palavik, köha, nohu ja/või hingamisraskused).

Kui sul on kerged hingamisteede haiguste sümptomid ja sa ei ole reisinud riskipiirkonnas

Järgi hoolikalt tavapäraseid kätehygieeni nõudeid ning võimalusel püsi kodus kuni oled tervenunud.

Ära tarbi tooreid või väheküpsetatud loomseid tooteid

Ära tarbi toorest või väheküpsetatud liha ega kuumtöötlemata piima. Samuti ära tarbi pesemata puu- ja köögivilju.

<https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus>

Vallavalitsus ootab infot abivajavate inimeste kohta!

Kui tead kedagi meie vallas, kellel puudub igasugune ligipääs uudiste saamiseks – kui ei ole raadiot, televiisorit, ajalehte või interneti, siis palun anna meile sellest kiiresti teada. Nii saame tegutseda operatiivselt ja leida moodused, kuidas infoväljast täielikult ära lõigatud inimesed infoni jõuaksid.

Palume jälgida ka oma naabruskonda ja teavitada vallavalitsust puuetega inimestest, eakatest ja abivajajatest, kes ei saa väga mõjuval põhjusel toetuda kriisilukorras lähedaste abile. Palume võimalusel aidata oma eakaid naabreid jt, et nad ei peaks ise näiteks toidupoodi või apteeki minema. Abistamisel vältida kontakti – suhelda telefonitsi ja jätta vajalik näiteks ukse taha.

Palume hoida kontakti telefoni teel oma üksi elavate eakate sugulaste ja tuttavatega, et saada ülevaade nende olukorrast.

Abivajavate inimeste kohta palume info saata Otepää valla sotsiaalteenistuse juhataja Kadri Sommerile, tel. 766 4825; 5303 3032, e-post: Kadri.Sommer@otepaa.ee.

Pese käsi regulaarselt ja hoolikalt sooja vee ning seebiga. See on parim lahendus. Kui neid pole võtta, aitab ka desinfitseerimisvahend.

Köhi ja aevasta varrukasse. Käe suu ette panemisest ei ole kasu, sest peopesa sattunud pisikud kanduvad sealt kergesti edasi.

Ära puuduta nägu, silmi või suud pesemata kätega. Nii väldid viiruse kandumist käteelt limaskestadele.

Kasutatud taskurätt on tõeline pisikupes. Eelista pabertaskurätte ja viska need peale kasutamist kohe prügikasti.

Kui oled tööline või suisa haige, jää koju. Viiruste edasikandmine tööl, koolis, poes, bussis või rahvapäringi toob kaasa järgmised nakatumisjuhtumid.

Haigestumise kahtluse korral helista oma perearstile. Tema annab nõu, kuidas edasi toimida. Erakorralise meditsiini osakonda ei ole mõtet järjekorda ootama minna – sealt ei saa viirushaiguste diagnoosi.



koroonaviirus.ee

Tervisemure korral saab nõu perearstilt või perearsti nõuandeliinilt 1220
välismaalt helistades +372 634 6630
Vajadusel suunatakse kõne
hädasabinumbri 112

Perearstide kümme käsku uue koroonaviiruse kohta



1. Säilita rahu ja kaine mõistus!

2. Jälgi ja järgi terviseameti kodulehel antavaid juhiseid! Terviseamet uuendab infot iga päev mitu korda päevas. Välismaised soovitusel ei pruugi olla Eestis sobivad.

3. Hügieen: kätepesu! Hoia haigetest aupaiklikkuse kaugusel! Köhides, aevastades kata suu ja nina käsivarrega, pärast pese kohe käsi. Kasutatud taskurätt viska kohe prügikasti!

4. Kui oled terve, siis võid elada harilikku elu edasi ka siis, kui oled käinud reisil maades, kus koroonaviiruse juhtumid on juba esinenud. Sümptomiteta inimeselt nakkust saada on äärmiselt ebatõenäoline.

5. Kui haigestud, jää koju!

6. Ravi end nii, nagu Sa ravid igal muul juhul, kui oled viirushaigusesse haigestunud: puhka, vajadusel langeta palavikku, kasuta muid sümptomeid leevendavaid ravimeid. Need ei kiirenda paranemist, kuid muudavad enesetunde paremaks.

7. Haigestumise korral võta ühendust oma perearstikeskusega või helista 1220 – see on tasuta ja ööpäevaringselt töötav perearstide nõuandelefon.

8. Perearstikeskuse mine kohale vaid siis, kui oled perearstikeskusest selleks juhised saanud.

9. Kutsu kiirabi järgmistel juhtudel:

- valu rinnus, õhupuudus, hingamisraskused
- teadvuse häired, segasus seisund
- äärmine jõuetus

10. Haigus on ohtlikum eakatele inimestele, krooniliste haiguste põdejatele (diabeedi, hingamisteede krooniliste haiguste ja südamepuudulikkuse korral), samuti vähihaigetele ja immuunsüsteemi pärssivat ravi saavatele inimestele. Pöördu pigem varem kui hiljem!



Eesti Perearstide Selts