



התחברות מחודשת עם הקהילות שלנו בעת שאנו ממשיכים קדימה ביחד



מגפת COVID-19 השפיעה השפעה עצומה על הקהילות שלנו. קהילות רבות חשו מנותקות. בני משפחה כבר לא יכולים להיפגש בימי הולדת. חברים לא יכולים לצאת לאכול או לבלות. רבים מהעמיתים לעבודה כבר לא רואים זה את זה מדי יום בעבודה. חברים בקהילות דתיות נאלצים להיפגש רק באופן מקוון. מצד שני, יש דרכים בהן הראתה המגפה דווקא את העוצמות של הקהילות שלנו. אנשים מתנדבים לערוך קניות עבור שכניהם המבוגרים. רבים מתחברים מחדש עם חברים ותיקים, שגרים רחוק, באמצעות שיחות וידיאו.

כשנתחיל להיפגש שוב פנים אל פנים בחגים, ימי הולדת, חתונות והולדת ילדים, כיצד נוכל לשמור על בטיחותנו?

אם אתם המארחים:

- בידקו מהן ההנחיות המקומיות. מהן ההמלצות העדכניות ביותר לגבי שמירת מרחק חברתי? לגבי השימוש במסיכות? לגבי מספר המשתתפים?
- שיקלו את רמת הנוחות של הקהילה שלכם. מה אתם מרגישים ומה מרגישים האנשים הקרובים אליכם לגבי פגישה פנים-אל-פנים? אילו כללים יגרמו להם לחוש יותר בנוח?
- הבהירו את הציפיות שלכם. פרסמו מראש את התוכנית לקראת הפגישה. ספרו למשתתפים מה צפוי מבחינת מרחק חברתי, שימוש במסיכות, שהות בפנים/בחוץ וכדומה.
- הכירו במפורש במעבר. סביר להניח שאנשים יחשו אי-נוחות, חרדה או אפילו פאניקה בימים אלה. כשאתם אומרים זאת במפורש, תוכלו לגרום למקורביכם לחוש יותר בנוח בעת שיתוף רגשותיהם.
- כדי להיות כוללים יותר, המשיכו להציע דרכי התחברות רבות. אנשים יתחילו לחוש בנוח לגבי חזרה למרחבים פיזיים במועדים שונים. בפרט, ייתכן שאנשים שנמצאים ברמת סיכון גבוהה יותר ייאלצו להמתין עוד. שיקלו היאספות שאפשר להשתתף בה גם אישית וגם באופן מקוון. התאימו את הפעילויות כך שיכללו גם את מי שמתתף באופן מקוון.

אם אתם בין אורחים:

- החליטו על אופן ההשתתפות המתאים לכם ביותר. בידקו מהן ההנחיות המקומיות לגבי גודל הפגישות המותר, כללי המרחק החברתי והשימוש במסיכות. שיקלו את רמת הנוחות שלכם לפני שתבחרו להשתתף באופן אישי. אם לדעתכם המארחים או האורחים האחרים עלולים שלא לפעול על פי ההנחיות או אם אתם עצמכם לא תחושו בנוח, שיקלו השתתפות מקוונת או הימנעות מהשתתפות.
- אם אתם משתתפים באופן אישי, שאלו את המארחים על הציפיות שיש להם לגבי הפגישה. הקפידו להתאים את התנהלותכם לציפיות אלה. הביאו איתכם מסיכה וחומר חיטוי לידיים.
- אם אתם משתתפים באופן מקוון, מינעו הסחות דעת. ודאו שאתם יכולים להתמקד בהשתתפות. האזרו בסבלנות, משום שאנשים רבים עדיין לומדים כיצד להשתמש בשיחות וידיאו. שיקלו כיצד תוכלו לגרום לעצמכם להרגיש כאילו הייתם שם ממש. ייתכן שזה יהיה כרוך בתליית קישוטי רקע שיתאימו לאירוע או בהצעה להוביל פעילות זו או אחרת.
- אם החלטתם שלא להשתתף, ספרו זאת למארחים בהקדם האפשרי. שילחו מתנה אם האירוע מחייב זאת.

אין להשתמש בתוכנית זו לצורכי חירום או לצרכים דחופים. במקרה חירום, התקשרו/ ל-911 אם אתם בתחומי ארצות הברית, או לשירותי החירום המקומיים אם אתם מחוץ לארצות הברית, או גשו/ אל מחלקת המיון הקרובה ביותר. תוכנית זו אינה מהווה תחליף לטיפול רפואי או מקצועי. עקב הפוטנציאל לניגוד אינטרסים, ייעוץ משפטי לא יוענק בנושאים שעלולים לכלול פעולה משפטית כנגד Optum או החברות המסונפות אליה, או כל ישות שדרכה המתקשר מקבל שירותים אלה באופן ישיר או עקיף (למשל, המעסיק או תוכנית שירותי בריאות). ייתכן שהתוכנית על כל מרכיביה, במיוחד השירותים לבני משפחה מתחת לגיל 16, לא תהיה זמינה במספר אזורים, והיא כפופה לשינויים ללא הודעה מוקדמת. ניסיונם ורמת השכלתם של אנשי תוכנית הסיוע לעובדים עשויים להשתנות לפי דרישות החוזה או הרגולציה בארצם. ייתכן שיחולו הגבלות והחרגות על הכיסוי.

Optum® הוא סימן מסחרי רשום של Optum, Inc. בארה"ב ובתחומי שיפוט אחרים. כל שמות המותגים והמוצרים האחרים הם סימנים מסחריים או סימנים רשומים או קניין של בעליהם הרלוונטיים. Optum היא מעסיק שמקפיד על שוויון הזדמנויות.