



# Assistência para ajudar as pessoas a autoisolarem-se

De forma a proteger a nossa comunidade, necessitamos de continuar a manter-nos seguros de infeções e a evitar surtos adicionais de coronavírus.

## Assistência comunitária e em regime de voluntariado para o/a ajudar com as suas necessidades diárias durante o seu autoisolamento

### Dispõe agora de assistência junto de:

**The Norfolk Community Directory** - grupos, amizades, assim como lojas e restaurantes que oferecem entregas. Procure "Community Directory" (Diretório Comunitário) no sítio da Web do Norfolk County Council (Município de Norfolk): [www.norfolk.gov.uk](http://www.norfolk.gov.uk)

**Grupos comunitários** - redes de voluntários, grupos comunitários do município local e grupos comunitários que satisfazem as necessidades ao nível do Bem-estar, Bens essenciais, Casa, e muito mais:

## Resposta comunitária

### Bem-estar

Visitas semanais

Serviços de amizades (por telefone)

Contacto com grupos comunitários locais

Assistência no registo como pessoa vulnerável junto dos serviços

Reafirmação e aconselhamento positivo sobre o seu bem-estar

Orientação e indicações sobre como se manter ativo/a

## **Bens essenciais**

Encomenda de bens alimentares

Organização de recolha e entrega de bens alimentares

Levantamento de receitas médicas

Passear animais de estimação

Partilha de benefícios e assistência financeira aplicáveis

Aconselhamento sobre o que fazer numa emergência

Ter acesso a financiamento em caso de privações

## **Casa**

Organização de reparações domésticas e do sistema de aquecimento

Aconselhamento sobre como manter a casa quente/o sistema de aquecimento de forma eficaz

Tornar a propriedade protegida e segura

Aconselhamento sobre alojamento e situação de sem-abrigo

Registo para assistência de recolha de lixo

## **Outros**

Apoio ao emprego e aconselhamento sobre os seus direitos

Problemas relacionados com o autoisolamento, tais como atraso do MOT (Inspeção Periódica Ordinária), etc.

Acesso a serviços online em casas que não dispõem de Internet

Aquisição de documentos ou números do NHS

Assistência avançada quanto a dívidas e orçamentos

Aconselhamento, informação e instruções gerais

Se você ou alguém que conhece necessitar de algum tipo de assistência supracitada, contacte-nos através do **0344 800 8020**

## Norfolk Assistance Scheme (NAS) (Programa de Assistência de Norfolk)

O NAS oferece assistência aos residentes de Norfolk, a partir dos 16 anos de idade, que estejam autoisolados ou vulneráveis, ou que estejam a sofrer de outros tipos de dificuldades devido à pandemia, oferecendo ajuda urgente com:

- Bens alimentares, dinheiro ou artigos domésticos
- Disponibilização de eletrodomésticos essenciais, tais como frigoríficos, fogões e camas
- Ir às compras, levantar medicamentos e outras tarefas
- Despesas relacionadas com o gás e a eletricidade

Pode inscrever-se online pesquisando “Norfolk Assistance Scheme” no sítio da Web do Norfolk County Council: [www.norfolk.gov.uk](http://www.norfolk.gov.uk) onde lhe serão colocadas algumas perguntas para verificar se é elegível ou não.

Caso não tenha acesso à Internet ou necessite de ajuda a preencher o formulário, contacte o: **0344 800 8020**.

### **Todas as pessoas que tenham testado positivo para o coronavírus com o risco de potencialmente infetarem terceiros ou disseminar a doença**

#### **Subsídio de assistência ao autoisolamento**

A partir de 28 de setembro de 2020, todas as pessoas a trabalhar por conta de outrem ou por conta própria que tenham testado positivo para a Covid-19 ou às quais foi indicado para se autoisolar podem ter direito a dois tipos de subsídios de assistência. Pode usufruir de um Subsídio de Teste e Rastreamento do NHS e de um Subsídio Facultativo do Município Local, sendo que cada um deles ascende a 500 £. Estes subsídios são destinados às pessoas que não podem trabalhar a partir de casa, perdendo os seus rendimentos em caso de autoisolamento e podem estar a receber subsídios laborais.

Os subsídios acima descritos podem ajudá-lo/a a manter os outros em segurança, ficando em casa, e a reduzir eventuais problemas financeiros caso tenha sintomas, necessite de ser testado/a e não lhe seja aconselhado ir trabalhar. Para mais informação, pesquise “Test and Trace Support Payment” no sítio da Web do Norfolk County Council: [www.norfolk.gov.uk](http://www.norfolk.gov.uk)

Para obter informação sobre subsídios facultativos do município local, contacte as autoridades locais.

Caso não tenha acesso à Internet ou necessite de ajuda a preencher o formulário, contacte o: **0344 800 8020**



Norfolk County Council

