

Mga Impormasyon Patungkol sa Covid – 19 Para sa Mga Mamamayan ng Calgary

Ang kapisang papel ng impormasyon na ito ay inihanda ng Vibrant Communities sa pakikipag- ugnayan sa iba pang mga organisasyon sa komunidad upang magbigay sa mga mamamayan ng Calgary ng makabuluhang impormasyon tungkol sa mabilisang pagbabago sa pagtugon sa COVID-19. Ito ang kabuuang mapagkukuhanan ng kaalaman upang mapanating maayos at ligtas ang mga mamamayan ng Calgary.

enough
for  all

MGA MAPAGKUKUHANANG PANGKAALAMAN



- Ang Pampublikong Aklatan (Public Library) ng Calgary ay nagpahayag na walang multa na kukuhanin sa mga bagay na hiniram na lumampas na sa taning hanggang sa ika-30 ng Abril.
- Ang mga mamamayan ay hinihikayat na silipin ang Digital na Aklatan (Digital Library), kung saan tayo makakakuha ng makabagong kaganapan, mga payo at eResources.

TRANSPORTASYON



- Ang Pampublikong Transportasyon ng Calgary (Calgary Transit) hinihiling sa lahat ng mga pasahero na gamitin ang mga likurang pintuan sa pagsakay.
- Ang mga pass sa buwan ng Marso na ginamit ng mga pasaherong may mababang sahod ay maaaring gamitin hanggang sa Abril.

MGA MAPAGKUKUHANAN NG PAGKAIN



- Ang Calgary Food Bank ay tumatanggap ng mga kliyente, kailangan lamang na tumawag ka upang maihanda nila ang mga pagkain (food hamper) para sa iyo at mabigyan ka ng oras kung kalian mo ito kukuhanin. Maaaring tumawag sa 403-253-2055 (The Hamper Request Line) para sa iyong kahilingan.
- Ang Salvation Army ay nagkakaloob ng mga pagkain at iba pang mahahalagang pangangailangan. Kailangang gumawa lamang ng pakikipagtipan (appointment). Tumawag sa: 403-220-0432
- Ang Calgary Co-op ay nagbibigay ng mga paketeng pangkalusugan (care packages) kung ikaw ay inatasan ng Pangkalusugang Serbisyo ng Alberta (Alberta Health Services) na magkuwarentina. Magpadala ng imeyl (email) sa memberengagement@calgarycoop.com
- Ang Kerby Centre ay nagbibigay ng Programa ng Pagdadala ng Groseri (Grocery Delivery Program) para sa mga matatanda sa komunidad at kanilang isinangtabi ang mga pamantayan sa kung anuman ang kanilang kita. Tumawag sa 403-234-6571.



Tumawag sa 211

Upang maabot ang ating mga kasama sa komunidad, sa lipunan, sa pangkalusugan at mga serbisyo ng ating gobyerno.

Ang mga aplikasyon para sa pagkuha ng *transit pass* ay maaaring ipasa *online* sa calgary.ca, sa pamamagitan ng pagsulat o pag *fax*. Tumawag sa 311 para sa karagdagang impormasyon o paghingi ng tulong sa paggawa ng aplikasyon.

PANGPISIKAL AT PANGKAISIPANG KALUSUGAN



Pangkaraniwan lamang na magkaroon ng pangamba at pag-aalala kung kaya't kayo ay aming hinihikayat na abutin ninyo ang inyong mga kakilala para sa humingi ng tulong, o humingi ng tulong mula sa mga serbisyo ng kalusugang pangkaisipan (mental health services) kabilang ang mga sumusunod:

- Alberta Health Services: Tulong sa Panahon ng Kagipitan
- Distress Centre: 403-266-4357
- Mental Health Help Line: 1-877-303-2642
- Kids Help Phone: 1-800-668-6868
- Kamakailan lamang ay naglunsad ang Alberta ng PurposeMed.com, isang *online* na klinika na nagkakaloob sa mga mamamayan ng Alberta ng *access* sa mga manggamot nang hindi na kaliangang lumabas ng kanilang mga tahanan.

PAG-AALAGA SA MGA BATA SA PANAHON NA WALANG PASOK SA PAARALAN



- Ang Pamunuan ng Edukasyon sa Calgary (Calgary Board of Education) ay lumikha ng *webpage* na nagbibigay ng mga ideya kung paano matuturuan ang mga bata sa tahanan.
- Ang Calgary Reads ay magbabahagi ng bagong aktibidad bawat araw uoang tulongan kayo na magkaroon ng magandang pakikipag-ugnayan sa inyong mga anak. Para sa karagdagang kaalaman bumisita sa <https://calgaryreads.com/noodle-do-a-day/>