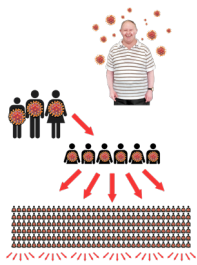


Covid -19 Wytyczne dotyczące izolacji i kontaktu z innymi



Dlaczego mówimy o izolacji?

Covid-19 może przyczynić się do wystąpienia różnych objawów. Nawet jeśli Ty nie masz żadnych objawów choroby, możesz nadal ją przenieść na inne osoby, Twoich przyjaciół / rodzinę. Każda osoba może zareagować inaczej po zakażeniu wirusem.



Co oznacza izolowanie się?

Pozostanie w domu, nie wychodzenie do pracy, nie robienie zakupów, nie ćwiczenie (chyba że w ogrodzie z dala od innych). Nie zapraszania innych członków rodziny i przyjaciół do swojego domu lub ogrodu.



Możesz rozmawiać przez telefon ze znajomymi i rodziną. Jeśli potrzebujesz pomocy przy zakupach, możesz poprosić sąsiada, innego członka rodziny lub przyjaciela nie mieszkającego w Twoim domu.



Musisz się izolować, kiedy:

Masz objawy COVID w postaci kaszlu, gorączki lub utraty smaku / zapachu

Kiedy czekasz na zrobienie testu lub czekasz na jego wyniki.

Zrobiłeś test i jest pozytywny. Izoluj się przez 10 dni od dnia, w którym otrzymałeś wynik testu.

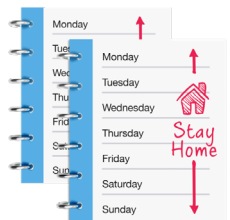


Wszystkie osoby w twoim domu muszą również izolować się przez 14 dni, w tym również dzieci.



Jeśli Track Trace wyśle e-mail lub zadzwoni do Ciebie, mogą oni poprosić Cię o izolację na 14 dni i utrzymanie dystansu wobec innych domowników, na tyle na ile to tylko możliwe.

Możesz nosić nakrycia twarzy i często myć ręce, wycierać powierzchnie szmatką i środkiem czyszczącym, aby zmniejszyć rozprzestrzenianie się wirusa.



Niestosowanie się do zasad izolacji może grozić karą pieniężną. Nowe grzywny za naruszenie zasad za pierwszym razem, będą się zaczynać od 1000 GBP, ale wzrosną do 10000 GBP w przypadku kolejnych wykroczeń



Zasada 6 - co to jest?

W domu może przebywać maksymalnie 6 osób, włącznie z tymi które z tobą nie mieszkają. Obejmuje to ogród / teren na zewnątrz. Aby zmniejszyć ryzyko, nadal musisz zachować odległość co najmniej jednego metra.



Jeśli mieszkasz w domu ze współlokatorami, możesz zminimalizować ryzyko, regularnie sprzątając pomieszczenia ogólnodostępne i często myjąc ręce.



Na chwilę obecną nie można robić przyjęć nawet na specjalne okazje.

Zasada 6 obejmuje wszystkie grupy wiekowe oraz dzieci.

Możesz zostać ukarany grzywną w wysokości od 100 GBP do 3200 GBP



Nadal możesz chodzić do pracy (jeśli nie izolujesz się), a Twoje miejsce pracy poprosi Cię o przestrzeganie ich wskazówek, także podczas przerw.

Jeśli jeździsz do pracy samochodem z inną osobą lub korzystasz z transportu publicznego, powinieneś nosić zakrycie twarzy, i za każdym razem umyć ręce.

