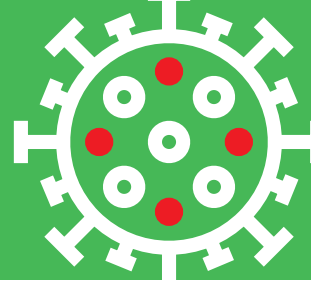


CORONAVIRUS IN CALDERDALE



Coronavirus (COVID-19) is a new illness that can affect your lungs and airways. It can be very serious for people with some medical conditions.

To prevent the spread of the virus, **stay at home as much as possible**, and cut down the number of people that you have interactions with. People can spread the virus even if they don't have symptoms.

If you go out, it is important to **socially distance** by keeping 2 metres (6ft) away from other people where possible.

Wash your hands with warm water and soap well for 20 seconds, regularly.

The symptoms of Coronavirus are:

- a high temperature or
- a new, continuous cough or
- loss or change in your sense of smell and taste

If you have these symptoms you should book a FREE test by visiting www.nhs.uk/coronavirus or call: 119.

You must start isolating immediately for 7 days, the rest of your household must isolate for 14 days.

Isolating means that your entire household has to stay at home at all times, you can find more information by visiting: www.gov.uk/coronavirus or you can call: 01422 392890 for support.

If you have been in close contact with someone who tests positive you may be contacted by the NHS and asked to isolate.

Most people will be able to manage the illness at home. If you feel you cannot do the things you would normally do because you are unwell, Call: 111.

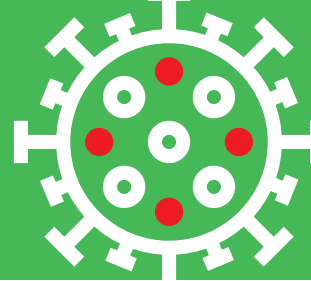
If you have a specific medical condition you could be at higher risk to coronavirus. It is best to avoid all face to face contact with other people, this is called **shielding**. You will have been contacted by the NHS if this applies to you. Visit www.gov.uk/coronavirus for more information. Information is available in 60 different languages at: <https://www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/>.

If you find you need support as a result of Coronavirus, including financial support or help with buying food and medicines, contact Calderdale Council at:

www.calderdale.gov.uk/v2/coronavirus-covid-19/support-extremely-vulnerable

OR call: 01422 392890

CORONAVIRUS IN CALDERDALE



Koronavirus (COVID-19) je nové onemocnění, které může napadnout vaše plíce a dýchací cesty. Může být velice závažné pro lidi, kteří mají nějaké zdravotní problémy.

Abyste se vyhnuli nákaze, **zdržujte se co nejvíc doma** a omezte počet lidí, s kterými se kontaktujete, na minimum. Virus můžou přenášet i osoby, které nemají žádné příznaky.

Pokud jdete ven, je důležité dodržovat **sociální odstupy** 2 metry od jiného člověka, kdekoliv je to možné.

Pravidelně si myjte ruce teplou vodou a mýdlem aspoň 20 sekund.

Koronavirus má tyto příznaky:

- vysoká teplota, nebo
- nový, neutichající kašel, nebo
- ztráta nebo změna smyslu čichu a chutě

Pokud máte tyto příznaky, měli byste si zarezervovat testování BEZ POPLATKU, na stránce www.nhs.uk/coronavirus nebo zavolejte na 119.

Okamžitě musíte začít domácí izolaci (karanténu) po dobu 7 dní a lidé, kteří s vámi bydlí v jedné domácnosti, musí podstoupit izolaci v délce 14 dnů.

Izolace (karanténa) znamená, že celá vaše domácnost musí být po celý čas doma, více informací najdete na stránce: www.gov.uk/coronavirus nebo můžete zavolat na číslo: 01422 392890.

Pokud jste byli v úzkém kontaktu s někým, kdo byl pozitivně testován, je možné, že budete kontaktováni pracovníkem NHS a požádáni, abyste započali domácí izolaci.

Většina lidí zvládne překonání nemoci doma. Pokud budete mít pocit, že nebudete moci dělat věci, které normálně dělat můžete z důvodu nemoci, zavolejte na 111.

Pokud máte nějaký jiný zdravotní problém, koronavirus může pro vás představovat větší riziko. Zde je nejlepší vůbec se vyhnout jakémukoliv kontaktu tváří v tvář s jiným člověkem, říká se tomu **štítová ochrana (shielding)**. Pokud se toto bude týkat vaší situace, budete kontaktováni pracovníkem NHS. Více informací najdete na www.gov.uk/coronavirus. Více informací v 60 různých jazycích najdete na <https://www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/>.

Pokud máte pocit, že potřebujete pomoc nebo podporu v důsledku koronaviru, včetně finanční pomoci, nebo pomoci s nákupem jídla a léků, kontaktujte úřad Calderdale Council prostřednictvím:

www.calderdale.gov.uk/v2/coronavirus-covid-19/support-extremely-vulnerable

Nebo volejte: 01422 392890