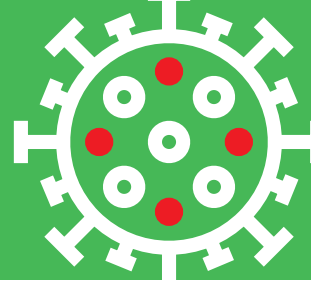


CORONAVIRUS IN CALDERDALE



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.

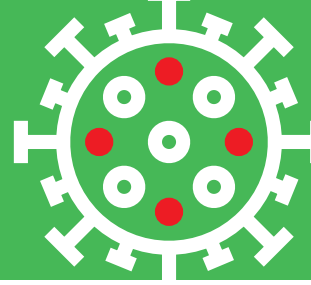
If you have a specific medical condition you could be at higher risk to coronavirus. It is best to avoid all face to face contact with other people, this is called **shielding**. You will have been contacted by the NHS if this applies to you. Visit www.gov.uk/coronavirus for more information. Information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



Koronavírus (COVID-19) je nové ochorenie, ktoré môže postihnúť pľúca a dýchacie cesty. Môže byť veľmi závažné pre ľudí, ktorí už majú nejaký iný zdravotný problém.

V záujme prevencie šírenia vírusu, **zdržujte sa doma čo možno najviac** a obmedzte počet ľudí, s ktorými sa stýkate. Ľudia môžu vírus prenášať, aj keď nemajú príznaky.

Pokiaľ už idete von, je dôležité dodržiavať **sociálne odstupy**, a síce nepribližovať sa na menej ako 2 metre od iných ľudí, kdekoľvek je to možné.

Pravidelne si umývajte ruky teplou vodou a mydlom aspoň 20 sekúnd.

Koronavírus má tieto príznaky:

- vysoká teplota, alebo
- nový, neúfichajúci kašeľ, alebo
- strata alebo zmena chuti a čuchu

Ak máte tieto príznaky, mali by ste sa objednať na BEZPLATNÉ testovanie, inštrukcie nájdete na stránke www.nhs.uk/coronavirus, alebo zavolajte na 119.

Okamžite musíte začať domácu izoláciu (karanténu) v dĺžke 7 dní a ľudia, ktorí s vami žijú v jednej domácnosti, musia podstúpiť domácu izoláciu na 14 dní.

Izolácia znamená, že celá domácnosť musí bez vychádzania zostať doma po celý čas, viac informácií nájdete na www.gov.uk/coronavirus, alebo zavolajte na 01422 392890.

Ak ste boli v blízkom kontakte s niekým, kto bol pozitívne testovaný, je možné, že vás skontaktuje pracovník NHS a požiada vás, aby ste začali domácu karanténu.

Väčšina ľudí zvládne chorobu doma, ale ak cítite, že vám choroba neumožňuje robiť veci tak ako ste zvyknutý, zavolajte na 111.

Ak máte iný zdravotný problém, koronavírus môže byť pre vás rizikovejším. Za týchto okolností je najlepšie vyhnúť sa akémukoľvek kontaktu tvárou v tvár s iným človekom, hovorí sa tomu osobná ochrana (**shielding**). Ak je toto váš prípad, budete kontaktovaný pracovníkom HNS. Viac informácií nájdete na www.gov.uk/coronavirus. Viac informácií v 60 jazykoch nájdete na <https://www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/>.

Ak máte pocit, že potrebujete v súvislosti s koronavírusom pomoc alebo podporu, včítane finančnej alebo pomoci s nákupom potravín a liekov, skontaktujte sa s úradom Calderdale Council na:

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

ALEBO zavolajte na: 01422 392890