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

Le coronavirus (COVID-19) est une nouvelle maladie qui peut affecter vos poumons et vos voies respiratoires. Cela peut être très grave pour les personnes atteintes de certaines maladies.

Pour éviter la propagation du virus**, restez chez vous autant que possible** et réduisez le nombre de personnes avec lesquelles vous entrez en contact. Les personnes peuvent propager le virus même si elles ne présentent aucun symptôme.

Si vous sortez de chez vous, il est important de conserver une **distance sociale** de 2 mètres (6 pieds) entre vous et les autres, si possible.

Lavez-vous régulièrement les mains à l'eau tiède et au savon pendant 20 secondes.

Les symptômes du coronavirus sont :

- une forte fièvre ou
- une toux nouvelle et continue ou
- perte ou altération de l'odorat et du goût

Si vous avez ces symptômes, faites un test GRATUIT en prenant un rendez-vous sur le site www.nhs.uk/coronavirus ou en appelant le 119.

Vous devez immédiatement vous isoler pendant 7 jours, les autres membres du ménage doivent s'isoler pendant 14 jours.

S'isoler signifie que tous les membres du ménage doivent, en permanence, rester chez eux, vous pouvez trouver de plus amples détails en allant sur le site : www.gov.uk/coronavirus **ou en appelant le : 01422 392890 pour recevoir du soutien.**

Si vous avez été en étroit contact avec une personne testée positive au virus, le NHS peut vous contacter et vous demander de vous isoler.

La plupart des personnes pourra gérer la maladie, confinées chez elles. Si vous estimez que vous ne pouvez pas faire ce que vous feriez normalement car vous ne vous sentez pas bien, appelez le 111.

Si vous avez une maladie particulière, vous pourrez être exposé à un risque plus élevé. Le mieux est d'éviter tout contact face à face avec d'autres personnes, c'est ce qui s'appelle le **blindage**. Vous serez contacté par le NHS si cela s'applique à vous. Allez sur le site www.gov.uk/coronavirus pour de plus amples détails. Les renseignements sont disponibles en 60 langues différentes sur le site: https://www.doctorsoftheworld.org.uk/coronavirus-information/.

Si vous ressentez le besoin de soutien par rapport au Coronavirus, y compris un soutien financier ou de l'aide pour acheter de la nourriture ou des médicaments, veuillez contacter la Mairie de Calderdale sur le site :

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

OU veuillez appeler le : 01422 392890