

Patarimai itin Kliniškai Pažeidžiamiems (KP)

žmonėms nuo 1 Balandžio 2021

Darbas



Dirbkite iš namų, jei galite. Jeigu negalite dirbti iš namų, tuomet grįžkite į darbą. Turėtumėte pasikalbėti su darbdaviu tam, kad rizika būtų sumažinta, jeigu to negalima įvykdyti, galbūt jūsų darbdavys gali jums paskirti kompensuojamas atostogas.

Mokykla



KP vaikai turėtų lankyti mokyklą nuo 1 Balandžio 2021 ir sekti jiems paskirtą rizikos įvertinimą.

Vaikai, kurie gyvena su KP asmeniu turėtų toliau eiti į mokyklą.

Parduotuvės ir Vaistinės



Patariama toliau apsipirkinėti naudojantis internetinėmis parduotuvėmis.

Jeigu norite patys eiti į parduotuvę, pasirinkite tokį laiko tarpą, kai lankosi mažiau žmonių. Visada dėvėkite veido kaukę, nebent esate atleisti nuo privalomo kaukių dėvėjimo.

Vaistai nebus automatiškai pristatomi į namus nemokamai, pasiteiraukite vietinėje vaistinėje ar vaistai vis dar bus pristatomi į namus.

Bendruomeninė parama vis dar galima KP asmenims, kurie nerimauja dėl lankymosi parduotuvėse ir vaistinėse.

Socialinis gyvenimas



Apskritai, jums rekomenduojama mažinti susitikimus su kitais žmonėmis.

Tuomet, kai bus leidžiama susitikti su kitais žmonėmis, su kuriais jūs negyvenate, rizika užsikrėsti Koronavirusu yra mažesnė jei susitinkate lauke, o ne uždaroje erdvėje.

Kai bus leidžiama susitikti su žmonėmis namuose pasirūpinkite, kad patalpos būtų vėdinamos atidarant langus.

Kelionės



Jums patariama ne keliauti, nebent tai būtų neišvengiama. Jeigu naudojamas viešuoju transportu būkite ypač atsargūs. Dėvėkite kaukę, nebent esate atleisti ir laikykitės saugaus atstumo.

Priežiūra ir parama



Turėtumėte naudotis priežiūra ir parama, kurios jums reikia- įskaitant apsilankymus ligoninėje ar priežiūros susitikimus, į kuriuos paprastai vyktumėte.

Skiepai



Visiems KP asmenims, kuriems yra virš 16 metų priklauso skiepijimas. Jeigu vis dar nebuvo suteiktas pirmas skiepas, skambinkite numeriu 119 arba užsiregistruokite internetu www.nhs/covid-vaccination.

Jeigu reikia pagalbos, susisiekite:



Internetu

leeds.gov.uk/shielding



Telefonu

0113 376 0330



Gestų kalba

Spauskite LCC Covid19



SMS

07480632471

Patarimai itin Kliniškai Pažeidžiamiems (KP)

žmonėms nuo 1 Balandžio 2021

Darbas



Dirbkite iš namų, jei galite. Jeigu negalite dirbti iš namų, tuomet grįžkite į darbą. Turėtumėte pasikalbėti su darbdaviu tam, kad rizika būtų sumažinta, jeigu to negalima įvykdyti, galbūt jūsų darbdavys gali jums paskirti kompensuojamas atostogas.

Mokykla



KP vaikai turėtų lankyti mokyklą nuo 1 Balandžio 2021 ir sekti jiems paskirtą rizikos įvertinimą.

Vaikai, kurie gyvena su KP asmeniu turėtų toliau eiti į mokyklą.

Parduotuvės ir Vaistinės



Patariama toliau apsipirkinėti naudojantis internetinėmis parduotuvėmis.

Jeigu norite patys eiti į parduotuvę, pasirinkite tokį laiko tarpą, kai lankosi mažiau žmonių. Visada dėvėkite veido kaukę, nebent esate atleisti nuo privalomo kaukių dėvėjimo.

Vaistai nebus automatiškai pristatomi į namus nemokamai, pasiteiraukite vietinėje vaistinėje ar vaistai vis dar bus pristatomi į namus.

Bendruomeninė parama vis dar galima KP asmenims, kurie nerimauja dėl lankymosi parduotuvėse ir vaistinėse.

Socialinis gyvenimas

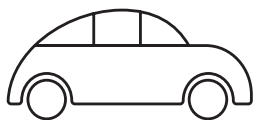


Apskritai, jums rekomenduojama mažinti susitikimus su kitais žmonėmis.

Tuomet, kai bus leidžiama susitikti su kitais žmonėmis, su kuriais jūs negyvenate, rizika užsikrėsti Koronavirusu yra mažesnė jei susitinkate lauke, o ne uždaroje erdvėje.

Kai bus leidžiama susitikti su žmonėmis namuose pasirūpinkite, kad patalpos būtų vėdinamos atidarant langus.

Kelionės



Jums patariama ne keliauti, nebent tai būtų neišvengiama. Jeigu naudojama viešuoju transportu būkite ypač atsargūs. Dėvėkite kaukę, nebent esate atleisti ir laikykitės saugaus atstumo.

Priežiūra ir parama



Turėtumėte naudotis priežiūra ir parama, kurios jums reikia- įskaitant apsilankymus ligoninėje ar priežiūros susitikimus, į kuriuos paprastai vyktumėte.

Skiepai



Visiems KP asmenims, kuriems yra virš 16 metų priklauso skiepijimas. Jeigu vis dar nebuvo suteiktas pirmas skiepas, skambinkite numeriu 119 arba užsiregistruokite internetu www.nhs/covid-vaccination.

Jeigu reikia pagalbos, susisiekite:



Internetu

leeds.gov.uk/shielding



Telefonu

0113 376 0330



Gestų kalba

Spauskite LCC Covid19



SMS

07480632471