

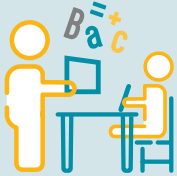
Conselhos úteis para pessoas clinicamente e extremamente vulneráveis (CEV) a partir de 1 de abril 2021

Trabalho



Se possível, trabalhe a partir de casa. Se não for possível, regresse ao trabalho. Fale com a sua entidade empregadora sobre a redução de risco. Se não for possível implementar medidas alternativas, a sua entidade empregadora poderá utilizar os apoios governamentais, neste caso o programa furlough.

Escola



As crianças CEV deverão regressar às escolas a partir de dia 1 de abril 2021 e deverão seguir as medidas estipuladas nas suas avaliações de risco. Crianças que vivam com pessoas CEV devem continuar a frequentar a escola.

Compras & Farmácia



Onde possível, aconselhamos a que continue a fazer as compras online. Vagas prioritárias para a entrega de compras online ainda estão disponíveis. Se quiser ir pessoalmente, tente ir nos horários menos movimentados – use uma máscara sempre, a menos que esteja exempto. A entrega gratuita de receitas medicas poderá não continuar automaticamente – consulte a sua farmácia de modo a confirmar se as entregas irão continuar. Apoio local continuará a estar disponível para pessoas CEV que se sintam ansiosas por ter que ir às compras ou às farmácias.

Convívio



Em geral, aconselhamos que continue a minimizar as suas interações sociais. Quando as regras permitirem que se encontre com pessoas que não fazem parte do seu agregado familiar, aconselhamos que o faça em locais ao ar livre visto que o risco de contágio de COVID-19 é menor nestes locais. Quando as regras permitirem que se encontre com pessoas em espaços fechados, mantenha a área bem ventilada abrindo as janelas.

Viagens



Recomendamos que não viaje a menos que seja essencial e tome um cuidado adicional se usar transportes públicos – mantenha a distância e use uma máscara sempre, a menos que esteja exempto.

Cuidados & Apoio



Continue a aceder a todos serviços de apoio e cuidados que precisa - isto inclui o hospital ou consultas médicas a que iria normalmente.

Vacina



Todas as pessoas CEV com mais de 16 anos são agora elegíveis para vacinação. Se ainda não levou a sua primeira vacina, ligue para o número 119 ou marque online em www.nhs.uk/covid-vaccination.

Se precisar de ajuda, contate:



Online

leeds.gov.uk/shielding



Telefone

0113 376 0330



Serviço SignLive

Select LCC Covid19



Número SMS

07480632471

Conselhos úteis para pessoas clinicamente e extremamente vulneráveis (CEV) a partir de 1 de abril 2021

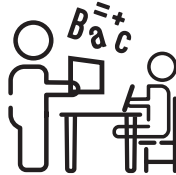
Trabalho



Se possível, trabalhe a partir de casa. Se não for possível, regresse ao trabalho.

Fale com a sua entidade empregadora sobre a redução de risco. Se não for possível implementar medidas alternativas, a sua entidade empregadora poderá utilizar os apoios governamentais, neste caso o programa furlough.

Escola



As crianças CEV deverão regressar às escolas a partir de dia 1 de abril 2021 e deverão seguir as medidas estipuladas nas suas avaliações de risco.

Crianças que vivam com pessoas CEV devem continuar a frequentar a escola.

Compras & Farmácia



Onde possível, aconselhamos a que continue a fazer as compras online. Vagas prioritárias para a entrega de compras online ainda estão disponíveis.

Se quiser ir pessoalmente, tente ir nos horários menos movimentados – use uma máscara sempre, a menos que esteja exempto.

A entrega gratuita de receitas medicas poderá não continuar automaticamente – consulte a sua farmácia de modo a confirmar se as entregas irão continuar.

Apoio local continuará a estar disponível para pessoas CEV que se sintam ansiosas por ter que ir às compras ou às farmácias.

Convívio

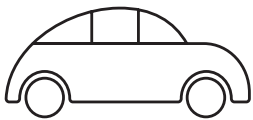


Em geral, aconselhamos que continue a minimizar as suas interações sociais.

Quando as regras permitirem que se encontre com pessoas que não fazem parte do seu agregado familiar, aconselhamos que o faça em locais ao ar livre visto que o risco de contágio de COVID-19 é menor nestes locais.

Quando as regras permitirem que se encontre com pessoas em espaços fechados, mantenha a área bem ventilada abrindo as janelas.

Viagens



Recomendamos que não viaje a menos que seja essencial e tome um cuidado adicional se usar transportes públicos – mantenha a distância e use uma máscara sempre, a menos que esteja exempto.

Cuidados & Apoio



Continue a aceder a todos serviços de apoio e cuidados que precisa - isto inclui o hospital ou consultas médicas a que iria normalmente.

Vacina



Todas as pessoas CEV com mais de 16 anos são agora elegíveis para vacinação. Se ainda não levou a sua primeira vacina, ligue para o número 119 ou marque online em www.nhs.uk/covid-vaccination.

Se precisar de ajuda, contate:



Online

leeds.gov.uk/shielding



Telefone

0113 376 0330



Serviço SignLive

Select LCC Covid19



Número SMS

07480632471