



Chroń siebie oraz innych przed COVID-19 poprzez następujące działania:

- regularne mycie rąk
- noszenie nakrycia twarzy
- zachowywanie odległości od innych

Główne objawy koronawirusa:

- Wysoka temperatura – gorąca w dotyku klatka piersiowa lub plecy
- Nowy, uporczywy kaszel – oznacza uporczywy kaszel przez ponad godzinę lub trzy lub więcej ataków kaszlu w ciągu 24 godzin
- Utrata lub zmiana węchu lub smaku.

Jeżeli występują u Ciebie jeden lub więcej z powyższych objawów, zadzwoń do NHS pod numer 111.



Myj ręce
odległość



Zakrywaj twarz



Zachowaj

Jeżeli
występują u
Ciebie objawy
– wykonaj test



Czy potrzebujesz pomocy w zdobyciu żywności lub umówieniu się na szczepienie?

Infolinia wsparcia i pomocy Hampshire Coronavirus Support and Helpline zapewnia porady i pomoc od poniedziałku do piątku, w godz. od 9:00 do 17:00.

Pod numerem infolinii 0333 370 4000 możesz skontaktować się z personelem, który udzieli wsparcia lub skieruje Twoje zapytanie o wsparcie do lokalnego punktu usług środowiskowych.

Większość zapytań zostanie przekazana do organizacji charytatywnej Basingstoke Voluntary Action, aby zorganizować wsparcie lokalne za pośrednictwem punktu usług środowiskowych, takich jak dostawy żywności.



Myj ręce



Zakrywaj twarz



Zachowaj odległość

**Jeżeli
występują u
Ciebie objawy
– wykonaj test**