

COVID-19 – porady i informacje na jesień i zimę 2020/2021
opracowane przez kasę chorych Swansea Bay University Health
Board, Radę Miasta Swansea [*Swansea Council*] i Radę Miasta
Neath Port Talbot [*Neath Port Talbot Council*]

Koronawirus nie zniknął. Dziękujemy, że chronią Państwo bliskie
sobie osoby oraz że włączyli się w ogólnokrajowy wysiłek, by
utrzymywać Walię w bezpieczeństwie.

Prosimy, by mieć niniejszą ulotkę pod ręką – zawiera ważne
informacje, jak zadbać o własne bezpieczeństwo.

Keep Wales Safe – chroń siebie, innych, a także NHS (krajową
służbę zdrowia) przed drugą falą koronawirusa.

Należy myć regularnie ręce, zwłaszcza po zrobieniu zakupów,
odebraniu paczki lub tuż przed dotykaniem jedzenia.

Utrzymywać dystans społeczny. Zachowywać bezpieczną
odległość od osób, które nie należą do szerszego grona
gospodartwa domowego.

Zakrywać twarz, kiedy jest to wymagane lub w zamkniętych
przestrzeniach, w których trudno jest zachować bezpieczną
odległość.

Testowanie, śledzenie, ochrona w celu uniknięcia drugiej fali

Kasa chorych oraz rady miast wykonują testy i zajmują się
śledzeniem kontaktów.

1. Testowanie

W przypadku pojawienia się symptomów COVID-19 (pojawi się
świeży kaszel, przewlekły kaszel, utrata smaku lub węchu,
wysoka temperatura), należy wejść na stronę internetową

www.sbuhb.nhs.wales lub na link o COVID-19, aby zarezerwować test. Można zadzwonić pod numer 01639 862757 (9.00 – 20.00) celem rezerwacji badania lub bezpłatny numer 119, aby uzyskać zestaw do wykonania testu w domu. Osoby z problemami ze słuchem czy mową mogą zadzwonić pod numer 18001 119.

2. Śledzenie

Jeżeli Państwa test da wynik pozytywny, pracownik naszego zespołu do spraw śledzenia kontaktów skontaktuje się z Państwem.

3. Ochrona

Jeżeli pracownik zespołu do spraw śledzenia kontaktów skontaktuje się z Państwem, proszę przestrzegać uzyskanych porad, dbając o bezpieczeństwo innych mieszkańców Walii.

Uwaga na oszustów!

Pracownik zespołu do spraw śledzenia kontaktów nigdy nie poprosi, by:

- zadzwonić pod numer o wysokim koszcie połączenia,
- dokonać płatności,
- podać dane konta bankowego,
- podać swoje hasło czy inne numery zabezpieczające,
- ujawnić dane osobowe czy medyczne,
- ściągnąć jakieś oprogramowanie,

Źródła informacji i pomocy

Numery tel.: Swansea Council - 01792 636000 lub Neath Port Talbot Council - 01639 686868

Strony internetowe:

Swansea Bay University Health Board - www.sbuhb.nhs.wales

Swansea Council - www.swansea.gov.uk

Neath Port Talbot Council - www.npt.gov.uk

Facebook:

Swansea Bay University Health Board - @SwanseaBay.NHS

Swansea Council - @swanseacitycouncil

Neath Port Talbot Council - @NeathPortTalbotCBC

Twitter:

Swansea Bay University Health Board - @SwanseaBayNHS

Swansea Council - @SwanseaCouncil

Neath Port Talbot Council - @NPTCouncil

Prosimy zwracać uwagę na nasze wiadomości. Kiedy potrzebujemy przekazać ważną informację, korzystamy z:

- częstotliwości (96.4FM & DAB)
- radio - Greatest Hits Radio - South Wales (1170MW & DAB)
- Swansea Bay Radio (102.1FM & DAB)
- Nation Radio (107.3FM & DAB)
- gazety - South Wales Evening Post
- gazety - Western Mail

W razie potrzeby uzyskania niniejszej ulotki w innym formacie prosimy skontaktować się z lokalną radą [*Council*] (informacje podane powyżej)

lub napisać maila na adres - marketing@npt.gov.uk - Neath Port Talbot

lub accesstoservices@swansea.gov.uk - Swansea Council

Informacje na temat Covid-19 są dostępne w ponad 30 językach na naszych stronach internetowych (powyżej).