

Siç është njoftuar nga kryeministri më 31 tetor 2020, do të ketë një lockdown të ri kombëtar duke nisur nga e enjtja, 5 nëntor, në përgjigje të rritjes së rasteve të koronavirusit.

Tani për tani, vazhdoni të merrni pjesë në takime siç këshillohet. Nuk është e nevojshme që të na telefononi për të kontrolluar nëse një takim i rezervuar po vazhdon. Do të jemi në kontakt nëse ndryshon ndonjë gjë me kujdesin tuaj.

Nëse keni simptoma të koronavirusit, përdorni [portalin e qeverisë](#) për të rezervuar një test. Është e rëndësishme që ju dhe kushdo me të cilin jetoni të vazhdoni të vetë-izoloheni derisa të merrni rezultatin e testit.

Mund të gjeni më shumë informacione, mbështetje dhe udhëzime mbi testimin [këtu](#).

- Mendoni *Duart, Fytyra, Hapësira* - larja e duarve rregullisht, përdorimi i një maske për fytyrën në zonat ku distancimi social është i vështirë dhe mbajtja e hapësirës prej 2 metrash midis jush dhe të tjerëve do të ndihmojnë në zvogëlimin e përhapjes së virusit.
- Nëse keni një kollë ose ethe të vazhdueshme, vetë-izolohuni dhe kontaktoni në numrin 111 nëse keni nevojë për këshilla ose ndihmë të mëtejshme.
- Nëse keni nevojë për ndihmë mjekësore, kontaktoni me GP practice të regjistruar ose në numrin 111. Mbështetja mund të qaset në linjë (online) në 111.nhs.uk ose mund të telefononi pa pagesë në numrin 111 nga telefoni fiks ose telefoni celular.
- Linja e mirëqenies së Avon and Wiltshire Mental Health Partnership-it dhe Wiltshire-it është e hapur 24 orë në ditë për mbështetjen e mirëqenies së shëndetit mendor dhe emocional: 0300 303 1320.
- Telefononi në numrin 999 vetëm në rast urgjence mjekësore. Paraqituni tek A&E vetëm nëse keni një urgjencë mjekësore ose nëse ju ka këshilluar 111-shi ose GP që ta bëni këtë.
- Për lëndime të vogla, Minor Injury Units në Yate dhe Clevedon dhe Urgent Treatment Centre në South Bristol janë të hapura nga ora 8 e mëngjesit deri në orën 8 të darkës. Për sëmundje jo të rënda, kontaktoni me GP practice.
- Nëse jeni duke marrë kujdes në shtëpi, duke përfshirë district nurses, therapists dhe support workers dhe ju duhet të diskutoni nevojat tuaja, telefononi në 0300 125 6789.
- Nëse jeni njoftuar për t'ju informuar se keni një gjendje mjekësore që do të thotë se jeni klinikisht jashtëzakonisht i cenueshëm nga koronavirusi, regjistroni të dhënat tuaja në uebsajtin në vijim: <https://www.gov.uk/coronavirus-shielding-support>

- Mund ta përdorni këtë shërbim për të siguruar qasje në dërgesat me përparësi të supermarketeve ose për të kërkuar që dikush t'ju kontaktojë lidhur me mbështetje të tjera lokale në dispozicion
- Nëse kjo nuk vlen për ju por sërish mendoni se keni nevojë për mbështetje, kontaktoni me autoritetin lokal përkatës duke përdorur detajet e kontaktit më poshtë. Mund t'i kontaktoni ata gjithashtu dhe nëse keni ndonjë pyetje apo shqetësim tjetër:

Bristol: We are Bristol: 0800 694 0184

North Somerset: North Somerset Together: 01934 427 437

South Gloucestershire: 0800 953 7778