

2020. április

Kihívásokkal kell most szembenéznünk – valószínűleg a legnagyobbakkal, amelyekkel a legtöbb skóciai valaha szembesült. Mindazonáltal együtt vagyunk, és együtt birkózunk meg velük.

Nem szeretném alábecsülni, mennyire nehéz ez a helyzet már most is, és továbbra sem lesz könnyű. A lezárás miatt az otthoni, iskolai, munkahelyi és társadalmi élet zavarától a vállalkozásokat és az állampolgárokat érintő gazdasági nyomásig; a betegséggel kapcsolatos aggodalomig és szívfájdalomig, illetve tragikus módon – néhányunk számára – a gyászig. A COVID-19 hatása mindannyiunkat elér.

Együtt viszont lesz erőnk megküzdeni a válsággal. Hiszen mindenkinek van szerepe a vírus terjedésének megállításában: a nélkülözhetetlen munkát végzők és az önkéntesek viszik előre Skóciát; az NHS-ben és a szociális ellátásban dolgozók, akik vigyáznak ránk; de még az otthon maradók is szerepet játszhatnak az iránymutatások betartásával és azzal, hogy otthon maradnak.

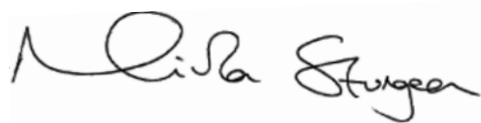
Tudom, hogy az idő múlásával ezek a korlátozások frusztrálóak lehetnek. Mindannyiunknak hiányoznak a barátok és a család, a tengerpart és a vidék. Azonban ezek az intézkedések létfontosságúak a vírus terjedése elleni harcban. Tartsa be őket, mert ezáltal részt vesz közös erőfeszítésünkben, hogy vigyázzunk a legkiszolgáltatottabbakra, védjük az NHS-t és életeket mentünk meg. Ez tényleg ennyire fontos. Nem lesz örökké így – a korlátozásokat feloldjuk, amint azt biztonságosan megtehetjük. Ennek a levélnek a hátoldalán hasznos tájékoztatást talál arról, hogy mi a teendő, ha Önnek vagy háztartásában bárkinek tünetei mutatkoznak.

Azt is tudom, hogy ez a válság más károkat is okoz. Ezért keményen dolgozunk annak érdekében, hogy támogatást és tanácsot nyújtsunk az egyéneknek, családoknak és közösségeknek – bárkinek, aki aggódik mentális és fizikai egészsége miatt, vagy amiatt, hogy hogyan tud biztonságban maradni nehéz körülményei közepette, aki pénzügyi gondokkal küzd vagy biztonságosan szeretne önkénteskedni. További információk a mellékelt tájékoztatóban.

Megküzdünk vele. Eljön az idő, amikor visszatérhetünk a normalitáshoz: az üzletek és a vállalkozások újra kinyitnak; szabadon találkozunk barátainkkal és rokonainkkal; értékelni tudjuk a hozzájárulást; megfelelően meg tudjuk majd gyászolni az elveszetteket. Azonban most, amikor ezt a levelet írom, országosan arra kell koncentrálnunk, hogy tartsuk az irányt – és biztos vagyok benne, hogy sikerülni fog.

Amikor igazán fontos, Skócia lakói mindig is elszántságot, erős jellemet és együttérzést mutatnak. Ebben a szellemben, a szabályok követésével és vigyázva egymásra erősebben fogunk kikerülni mindebből.

Üdvözlettel:



Nicola Sturgeon
Skócia első minisztere

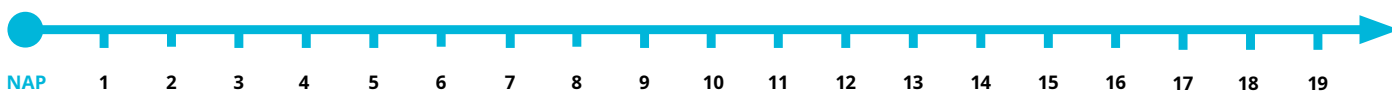
Mi a teendő, ha Önnek vagy valakinek a háztartásában tünetei vannak



Ha tünetei vannak, és egyedül él

Ha koronavírusos tüneteket kezd észlelni, még ha enyhék is, onnantól kezdve 7 napig nem szabad elhagynia otthonát.

7 NAPOS KARANTÉN



Ha tünetei vannak, és másokkal él

Ha háztartásában bárkinek tünetei vannak, a háztartás többi tagja nem hagyhatja el otthonát 14 napig, hogy ne terjessze a vírust. Ha a tüneteket mutatók 7 nap elteltével jobban érzik magukat, és nincs hőemelkedésük, **akkor visszatérhetnek a társadalmi távolságtartás intézkedéseikhez.** Az összes többi családtagnak, akinek nem voltak tünetei, **teljes 14 napig kell karanténban maradniuk.**

14 NAPOS OTTHONI KARANTÉN

Ha tünetei jelentkeznek a 14 napos időszak alatt

Valószínű, hogy az egy háztartáson belül élők meg fogják fertőzni egymást. Ha a tüneteket mutatók 7 nap elteltével jobban érzik magukat, és nincs hőemelkedésük, **visszatérhetnek a társadalmi távolságtartás intézkedéseikhez.** Minden olyan családtag, akinek nem volt tünete, **vonuljon karanténba a teljes 14 napra.**



7 NAPOS KARANTÉN

Akkor is, ha a 14 napos időszak vége felé jelentkeznek a tünetei

Ha valakinek az Ön háztartásában a 14 napos otthoni karantén végén jelentkeznek koronavírusos tünetei (pl. a 13. vagy a 14. napon), akkor az adott személy nem hagyhatja el otthonát 7 napig. **A többiek számára emiatt nem hosszabbodik meg a 14 napos időszak.**



7 NAPOS KARANTÉN



Ha tünetei súlyosbodnak vagy 7 nap alatt nem javulnak, hívja a 111-es számot. A társadalmi távolságtartásra vonatkozó legfrissebb útmutatást és a karanténra vonatkozó tanácsokat lásd itt: nhsinform.scot/coronavirus