

Continuați să respectați restricțiile locale

Chiar dacă ați avut un rezultat negativ la un test cu flux lateral și/sau v-ați vaccinat, este posibil în continuare să transmiteți virusul.

Continuați să respectați restricțiile cu privire la COVID-19 din zona dvs., precum spălatul regulat pe mâini, purtarea unei măști faciale și distanțarea socială.

Puteți vedea online care sunt aceste restricții, la

www.gov.uk/guidance/covid-19-coronavirus-restrictions-what-you-can-and-cannot-do.



Protejați-vă pe dvs. și protejați-i pe ceilalți făcând vaccinul

Orice persoană fără adăpost are acum prioritate pentru vaccinul COVID-19.

Vaccinul este administrat în două doze, la distanță de aproximativ 12 săptămâni. Dacă nu ați primit încă niciun fel de informații despre vaccin, vorbiți cu medicul dvs. de familie sau cu specialistul în asistență socială și consiliere.

Dacă sunteți o persoană fără adăpost sau nu țineți legătura cu un medic de familie sau un specialist în asistență socială și consiliere, vă recomandăm să contactați personalul de sprijin de la un centru de zi, echipa de sprijin sau serviciul local de sprijin și să le prezentați situația dvs.

Groundswell

Out of homelessness



CORONAVIRUS (COVID-19)

**Informații despre auto-testarea rapidă:
teste rapide cu flux lateral**

Mai 2021

Ce este un test cu flux lateral?

Acum testele rapide cu flux lateral obișnuite sunt disponibile în toată țara pentru toți cei care nu au simptome de COVID-19.

Aceste teste vă spun dacă aveți COVID-19 atunci când nu aveți niciun fel de simptome.

Testul implică frecarea unui tampon din bumbac pe amigdale și în interiorul nasului.

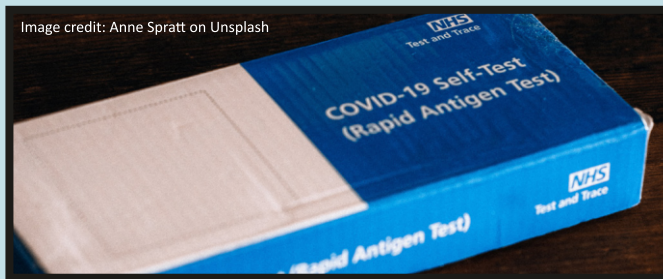
Rezultatul testului este gata în 30 de minute.

Cum obțin un test?

Este posibil ca unitatea de cazare sau un serviciu local să vă pună testele la dispoziție. Cereți mai multe informații unui specialist în asistență socială și consiliere.

Alte modalități pentru testare sunt la o farmacie, la o locație de testare sau online, aici:

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/testing/regular-rapid-coronavirus-tests-if-you-do-not-have-symptoms/



Cui i se adresează testul?

Oricine **nu** are simptome de coronavirus ar trebui să utilizeze teste cu flux lateral. Este o idee bună efectuați un test cu flux lateral de două ori pe săptămână.

Aceasta, deoarece aproximativ 1 din 3 persoane cu COVID-19 nu au simptome dar îi pot infecta pe ceilalți, prin urmare, testarea este cel mai bun mod de a ști dacă aveți virusul.

Cum fac un test?

Testul poate fi însoțit de o broșură cu instrucțiuni. Puteți găsi indicații și online, aici:

www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/testing/how-to-do-a-test-at-home-or-at-a-test-site/how-to-do-a-rapid-lateral-flow-test/

De asemenea, puteți urmări afișele cu indicații pas cu pas ale Groundswell disponibile aici:

www.groundswell.org.uk/covid-testing/

Ce se întâmplă dacă am simptome de COVID-19?

Simptomele COVID-19 sunt:

- Temperatură mare
- Tuse nouă, continuă
- Pierderea sau modificarea mirosului sau a gustului

Dacă aveți oricare dintre simptomele de mai sus, trebuie să faceți un test numit test PCR cât mai curând posibil. Puteți comanda un test PCR online aici: www.gov.uk/get-coronavirus-test.

Un test PCR detectează dacă aveți virusul folosind o metodă diferită și mai temeinică în comparație cu un test cu flux lateral.

Ar trebui să încercați să vă autoizolați până primiți rezultatul testului. Dacă rezultatul este pozitiv, va trebui să vă autoizolați timp de 10 zile, începând cu și inclusiv ziua în care ați avut primele simptome.

Dacă nu aveți un adăpost sau dormiți într-o unitate de cazare comună, înțelegem că va fi dificil să comandați un test și să vă autoizolați. Vă recomandăm să contactați personalul de asistență de la un centru de zi, echipa de sprijin sau serviciul local de sprijin și să le prezentați situația dvs.