



KEEP THIS LEAFLET SAFE
in case you need these details



Public Health
Northamptonshire

CORONAVIRUS

Important information for residents

COVID-19 (coronavirus) cases are rising in this area and you and your community are at risk!

We need to work together to avoid a local lockdown. We all need to follow these measures:

- Minimise social contact where you can
- If you have to go out, keep at least 2 metres from others
- Use a face covering in all shops and if you are less than 2 metres from others
- Wash your hands regularly and thoroughly for 20 seconds each time
- If you have coronavirus symptoms, please follow the guidance overleaf

فيروس كورونا

معلومات مهمة للمقيمين

حالات COVID-19 (فيروس كورونا) في ارتفاع في هذا المجال وأنت ومجتمعك في خطر!

نحتاج إلى العمل معاً لتجنب الإغلاق المحلي. نحتاج جميعاً إلى اتباع هذه الإجراءات:

- قـل من التواصـل الاجتمـاعي حيث يمكنك
- إذا كنت تضطر إلى الخروج، الحـفاظ على 2 متر على الأقل من الآخرين
- استخدم غطاء للوجه في جميع المتاجر وإذا كنت على بعد أقل من مترين عن الآخرين
- اغسل يديك بانتظام وبشكل كامل لمدة 20 ثانية في كل مرة
- إذا كنت تعاني من أعراض فيروس كورونا، فيرجى اتباع الإرشادات الواردة هنا

#NorthantsTogether

أعراض COVID-19 تشمل: ما يلي

- حرارة عالية
- سعال جديد مستمر
- فقدان أو تغير حاسة الشم لديك أو المذاق.

إذا كان لديك أعراض COVID-19

- لا تذهب للعمل. إما العمل من المنزل أو الإبلاغ عن المرض والعزلة الذاتية والحصول على اختبار.
- البقاء في المنزل ، والعزل الذاتي والحصول على اختبار.
- حتى لو كان لديك فقط أعراض COVID-19 ، احصل على اختبار.
- إذا اتصل بك خدمة اختبار التتبع NHS وطلب منك العزل الذاتي ، يجب عليك البقاء في المنزل لمدة 14 يومًا.

للحصول على اختبار ، إما:

- احجز عبر الإنترنت على [nhs.uk/coronavirus](https://www.nhs.uk/coronavirus)
- اتصل **119**
- يمكن أيضًا طلب مجموعات الاختبار المنزلي ، إذا كان متوفر

COVID-19 symptoms include:

- A high temperature
- A new, continuous cough
- A loss or change to your sense of smell or taste

If you have COVID-19 symptoms:

- Do not go to work. Either work from home or report sick, self-isolate and get a test
- Stay at home, self-isolate and get a test
- Even if you only have mild COVID-19 symptoms, get a test
- If you are contacted by the NHS test and trace service and asked to self-isolate, stay at home for 14 days

To get a test, either:

- Book online at [nhs.uk/coronavirus](https://www.nhs.uk/coronavirus)
- Call **119**
- Home testing kits can also be ordered, subject to availability



For more of the latest local advice visit

www.northamptonshire.gov.uk

On social media? Search [#NorthantsTogether](https://twitter.com/NorthantsTogether) for information and advice from local NHS, Police, District and Borough Councils and other local organisations.

- Information in other formats and languages
- Health advice
- Support for vulnerable people