

#STOPHESPREAD #SAVELIVES

NACIONĀLĀ LĪMEŅA KARANTĪNA

English	Latviešu
<p>New restrictions are in place for national lockdown. More details at www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus</p>	<p>Ir jauni ierobežojumi valstiskajai mājsedei. Sīkāka informācija ir pieejama www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus</p>
<p>Stay home Only go out for:</p> <ul style="list-style-type: none">• Buying essentials, such as food and medicine• Collecting orders, including takeaways• Childcare or education• Work or volunteering• Exercise• Any medical reason (for yourself or others)• Legal or property reasons• To visit members of your support bubble• To provide care for vulnerable people, emergency assistance, attend a support group or receive respite care• To avoid or escape risk of harm (such as domestic abuse)• Vets appointments or other animal welfare	<p>Palieciet mājās Dodieties ārā tikai:</p> <ul style="list-style-type: none">• Lai iegādātos pirmās nepieciešamības preces, piemēram, pārtiku un zāles• Saņemtu pasūtījumus, tostarp pārtikas līdzņemšanu• Bērnu aprūpei un izglītībai• Darbam un brīvprātīgajam darbam• Vingrošanai• Jebkādam medicīniskam iemeslam (sev vai citiem)• Juridiskiem vai īpašuma iemesliem• Lai apmeklētu sava atbalsta "burbuļa" locekļus• Lai nodrošinātu neaizsargātu cilvēku aprūpi, ārkārtas palīdzību, apmeklētu atbalsta grupu un saņemtu īslaicīgu aprūpi• Lai izvairītos no kaitējuma (piemēram, vardarbības ģimenē) riska vai tiktu no tā prom• Veterinārārstu vizītēm vai citai dzīvnieku labturībai
<p>Meeting family and friends You can only meet indoors with people in your household or support bubble.</p> <p>You can exercise or visit outdoor public places with the people you live with, your support bubble, or 1 person from another household.</p> <p>Outdoor public places include:</p> <ul style="list-style-type: none">• Parks, beaches, countryside• Public gardens and allotments• Playgrounds. <p>You cannot meet in a private garden.</p> <p>Children under school age, as well as those dependent on round-the-clock care, will not count towards the limit.</p>	<p>Tikšanās ar ģimeni un draugiem Jūs varat telpās satīties tikai ar cilvēkiem no jūsu mājsaimniecības vai atbalsta "burbuļa".</p> <p>Jūs varat vingrot un apmeklēt āra sabiedriskas vietas kopā ar cilvēkiem, ar kuriem dzīvojat, savu atbalsta "burbuli" vai vienu personu no citas mājsaimniecības.</p> <p>Āra sabiedriskās vietas ietver:</p> <ul style="list-style-type: none">• Parkus, pludmales, laukus• Publiskos dārzus un nelielus zemes gabalus• Rotaļu laukumus. <p>Jūs nevarat satīties privātā dārzā.</p> <p>Ierobežojumā netiek ieskaitīti bērni līdz skolas vecumam, kā arī tie, kas ir atkarīgi no diennakts aprūpes.</p>
Shops	Veikali

Food shops, supermarkets, garden centres and retailers providing essential goods and services can open.	Pārtikas veikali, lielveikali, dārzniecības lielveikali un mazumtirgotāji, kas nodrošina pirmās nepieciešamības preces un pakalpojumus, var būt atvērti.
Leisure Leisure facilities, entertainment venues and personal care facilities will be closed.	Atpūta Atpūtas iespējas, izklaides vietas un personīgās aprūpes iestādes būs slēgtas.
Food and drink Restaurants, bars and pubs will close, but can provide takeaway and delivery.	Pārtika un dzērieni Restorāni, bāri un krogi tiks slēgti, bet tie var nodrošināt līdzņemšanu un piegādi.
Places of Worship Open.	Lūgšanas vietas Atvērtas.
Funerals Only permitted with a maximum of 30 people. Linked religious, belief-based or commemorative events, such as stone settings and ash scatterings, maximum of 6 people.	Bēres Atļautas tikai maksimāli 30 cilvēkiem. Saistītos reliģiskos, uz ticību balstītos vai piemiņas pasākumos, piemēram, bruģēšanā un pelnu kaisīšanā var būt ne vairāk kā seši cilvēki.
Weddings and civil partnership Only permitted with a maximum of six people, in exceptional circumstances	Kāzas un civilā partnerība Atļautas tikai maksimāli sešiem cilvēkiem izņēmuma gadījumos.
Going to work Work from home if you can	Došanās uz darbu Strādājiet no mājām, ja varat
Schools, colleges and universities Closed (open for children of a critical/key worker)	Skolas, koledžas un universitātes Slēgtas (atvērtas "kritisko"/svarīgo darbinieku bērniem)
Childcare and Early Years Registered childcare will continue. Early years settings can remain open.	Bērnu aprūpe un agrīnie gadi Reģistrēta bērnu aprūpe turpināsies. Agrīno gadu aprūpes vietas var būt atvērtas.
Clinically Extremely Vulnerable <ul style="list-style-type: none"> Stay home as much as possible Ask others to collect your food or medicine You can still go outside to exercise with your household or support bubble, OR 1 person from another household Do not attend a workplace. Work from home or, if not possible, apply for financial support. If you need help, call the Council: 0115 915 5555	Klīniski ārkārtīgi neaizsargātie <ul style="list-style-type: none"> Palieciet mājās, cik vien iespējams Palūdziet citiem paņemt jūsu ēdienu vai zāles Jūs joprojām varat doties ārā vingrot ar cilvēkiem no jūsu mājsaimniecības vai atbalsta "burbuli", VAI vienu cilvēku no citas mājsaimniecības Neapmeklējiet darba vietu. Strādājiet mājās vai, ja tas nav iespējams, piesakieties finansiālam atbalstam. Ja jums nepieciešama palīdzība, zvaniet padomei: 0115 915 5555
Visiting relatives in care homes Visits allowed with safety guidance in place. Check arrangements with the home before you visit.	Radnieku apmeklēšana pansionātos Apmeklējumi ir atļauti, ievērojot drošības norādījumus. Pirms apmeklējuma pārbaudiet nosacījumus ar pansionātu.
Travel Avoid travel and reduce journeys. Walk or cycle where possible, and avoid busy times on public transport.	Ceļošana Izvairieties no ceļojumiem un samaziniet braucienu skaitu. Ejiet vai brauciet ar velosipēdu, kur iespējams, un izvairieties no noslogotiem laikiem sabiedriskajā transportā.
Holidays No overnight stays or holidays away from your home.	Brīvdienas Nav atļauta nakšņošana vai brīvdienas ārpus jūsu mājām.
If you are self-isolating, and you need help, call the Council 0115 915 5555 Translated information is available at this website: www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus/translations	Ja jūs pašizolējaties un jums nepieciešama palīdzība, zvaniet padomei pa tālruni 0115 915 5555 Iztulkotā informācija ir pieejama šajā vietnē: www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus/translations

