

#STOPHESPREAD #SAVELIVES

OGÓLNOKRAJOWY LOCKDOWN

English	Polish - Polski
<p>New restrictions are in place for national lockdown. More details at www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus</p>	<p>Nowe obostrzenia związane z ogólnokrajowym lockdownem. Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie internetowej: 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>Pozostańcie w domu Wychodzenie z domu jest dozwolone wyłącznie w związku z następującymi czynnościami:</p> <ul style="list-style-type: none">• Zakup podstawowych produktów, takich jak żywność i leki• Odbiór zamówień, w tym posiłków zamawianych na wynos• Opieka nad dziećmi/zajęcia szkolne• Praca zawodowa lub wolontariacka• Aktywność fizyczna• Powody zdrowotne (własne lub dotyczące innych osób)• Kwestie prawne lub dotyczące majątku• Odwiedzanie osób z tzw. „bańki wsparcia” (ang. support bubble)• Zapewnianie opieki potrzebującym, pierwsza pomoc, uczestnictwo w grupie wsparcia lub korzystanie z tymczasowej opieki doraźnej• Unikanie lub niedopuszczanie do wystąpienia zagrożenia dla zdrowia/bezpieczeństwa (np. w przypadku przemocy domowej)• Wizyty u weterynarza lub inne czynności związane z opieką nad zwierzętami
<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>Spotkania z rodziną i przyjaciółmi Spotkania mogą odbywać się wyłącznie w domach i obejmować tylko domowników lub osoby z bańki wsparcia.</p> <p>Uprawiać sport lub wychodzić do miejsc publicznych na świeżym powietrzu można wyłącznie z domownikami, osobami z bańki wsparcia lub z 1 osobą z innego gospodarstwa domowego.</p> <p>Do miejsc publicznych na zewnątrz zalicza się:</p> <ul style="list-style-type: none">• Parki, plaże, tereny wiejskie• Ogrody miejskie i ogródki działkowe• Place zabaw. <p>Nie wolno spotykać się w ogrodach prywatnych.</p>

Children under school age, as well as those dependent on round-the-clock care, will not count towards the limit.	Ograniczenia nie obejmują dzieci poniżej wieku szkolnego ani osób, wymagających całodobowej opieki.
Shops Food shops, supermarkets, garden centres and retailers providing essential goods and services can open.	Sklepy Otwarte mogą być sklepy spożywcze, supermarkety, centra ogrodnicze i sklepy detaliczne sprzedające podstawowe produkty i świadczące podstawowe usługi.
Leisure Leisure facilities, entertainment venues and personal care facilities will be closed.	Rekreacja Obiekty rekreacyjne, centra rozrywki i salony piękności będą zamknięte.
Food and drink Restaurants, bars and pubs will close, but can provide takeaway and delivery.	Gastronomia Restauracje, bary i puby będą zamknięte, ale mogą świadczyć usługi w zakresie realizacji zamówień na wynos i ich dowozu.
Places of Worship Open.	Miejsca kultu religijnego Otwarte.
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.	Pogrzeby Dopuszcza się maksymalnie 30 osób. Powiązane wydarzenia religijne lub upamiętniające, takie jak składanie kamieni na grobie i rozrzucanie prochów, dopuszcza się maksymalnie 6 osób.
Weddings and civil partnership Only permitted with a maximum of six people, in exceptional circumstances	Śluby i ceremonie zawierania związków partnerskich W wyjątkowych okolicznościach dopuszcza się maksymalnie 6 osób
Going to work Work from home if you can	Praca zawodowa Należy w miarę możliwości pracować z domu.
Schools, colleges and universities Closed (open for children of a critical/key worker)	Szkoły, uczelnie typu college i uniwersytety Zamknięte (otwarte dla dzieci, z którymi pracują pracownicy kluczowi)
Childcare and Early Years Registered childcare will continue. Early years settings can remain open.	Opieka nad dziećmi i edukacja wczesnoszkolna Działalność nadal mogą prowadzić zarejestrowane osoby/placówki, świadczące usługi z zakresu opieki nad dziećmi. Placówki zajmujące się edukacją wczesnoszkolną mogą pozostać otwarte.
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	Osoby słabego zdrowia z grupy wysokiego ryzyka <ul style="list-style-type: none"> Powinny przez większość czasu pozostawać w domu. Powinny prosić inne osoby o dostarczenie żywności lub leków. Osoby te nie muszą rezygnować z aktywności fizycznej na świeżym powietrzu; mogą wówczas wychodzić z członkami gospodarstwa domowego, osobami je wspierającymi LUB z 1 osobą z innego gospodarstwa domowego Nie powinny chodzić do pracy. Powinny pracować z domu, a jeśli nie jest to możliwe, powinny wystąpić o wsparcie finansowe. W tym celu należy skontaktować się z Radą miasta, dzwoniąc pod numer: 0115 915 5555.
Visiting relatives in care homes Visits allowed with safety guidance in place. Check arrangements with the home before you visit.	Odwiedzanie członków rodziny w domach opieki Wizyty mogą odbywać się wyłącznie pod warunkiem przestrzegania wytycznych dotyczących bezpieczeństwa. Przed wizytą należy skontaktować się

	z domem opieki w celu uzyskania wymaganych informacji.
Travel Avoid travel and reduce journeys. Walk or cycle where possible, and avoid busy times on public transport.	Podróże Należy unikać podróżowania i ograniczyć przemieszczanie się. Jeśli to możliwe, należy przemieszczać się pieszo lub rowerem i unikać godzin szczytu w środkach transportu publicznego.
Holidays No overnight stays or holidays away from your home.	Dni wolne od pracy Nocowanie lub spędzanie dni wolnych od pracy poza domem nie jest dozwolone.
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	Jeśli potrzebna jest pomoc w przypadku samoizolacji, należy skontaktować się z Radą, dzwoniąc pod numer 0115 915 5555. Przetłumaczone informacje są dostępne na stronie internetowej: www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus/translations .