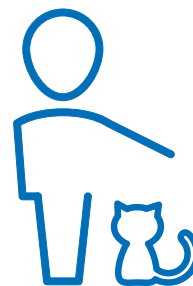
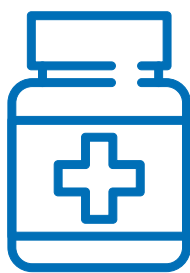


Bądź częścią wspólnoty North Yorkshire

## Wsparcie podczas izolacji

Jeśli potrzebujesz pomocy w czasie samoizolacji – na przykład z zakupami, odbieraniem lekarstw lub w opiece nad zwierzętami.



- Skontaktuj się z członkami rodziny, znajomymi, sąsiadami lub daj znać osobom ze swojego środowiska. Powiedz im, jakiego wsparcia potrzebujesz.
- Jeśli nie masz nikogo, z kim mógłbyś/mogłabyś się skontaktować w powyższej kwestii bądź potrzebujesz pomocy z zakupami, receptami i innymi niezbędnymi sprawami – skontaktuj się z biurem obsługi klienta Rady Hrabstwa (County Council) North Yorkshire pod numerem **01609 780780** (7 dni w tygodniu, od 08:00 – 17:30), a my postaramy się znaleźć dla ciebie odpowiednie wsparcie.
- Więcej informacji na temat pomocy świadczonej w czasie izolacji znajduje się na stronie **[www.northyorks.gov.uk/help-you-during-coronavirus-covid-19](http://www.northyorks.gov.uk/help-you-during-coronavirus-covid-19)**
- Na stronie [www.northyorkshireconnect.org.uk](http://www.northyorkshireconnect.org.uk) można znaleźć szczegóły na temat lokalnych centrów wolontariatu i grup środowiskowych, które oferują wsparcie.

**STAY SAFE**  
IN NORTH YORKSHIRE

Jeśli masz objawy takie jak wysoka temperatura, kaszel, zaburzenia węchu lub smaku - umów się na badanie i zostań w domu, przestrzegając zasad samoizolacji.

**[www.northyorks.gov.uk/TestandTrace](http://www.northyorks.gov.uk/TestandTrace)**