



## Atualização de informações sobre a Covid na semana que inicia em 10/05/2021

**Atualização de Informações na Luta contra a Covid** : O número de casos de coronavírus em Hertfordshire está caindo, mas agora não é hora de ser complacente. Devemos continuar a fazer nossa parte para impedir a propagação. Graças ao trabalho de postos de saúde, hospitais, farmácias e nossos grandes locais de vacinação, mais de **um milhão de doses** foram administradas em Hertfordshire e West Essex até agora.



**Atualização sobre a vacinação:** O programa de vacinação estendeu-se a todas as pessoas com 40 anos ou mais a partir de 30 de abril. É importante lembrar que a oferta de uma vacina não tem data limite. Se você conhece alguém que estava em dúvida e não aceitou a oferta de vacinação no início do ano, uma dose já foi alocada a esta pessoa e o serviço de saúde terá o maior prazer em ajudá-lo na vacinação. Lembre-se de que você não está totalmente vacinado antes da segunda dose. Receber a segunda dose é tão importante quanto receber a primeira.

**Teste rápido** - 1 em cada 3 pessoas que pegam Covid não apresentam nenhum sintoma, o que significa que o vírus pode espalhar-se sem ser percebido. Locais de teste rápido, projetados para detectar a COVID-19 em pessoas sem sintomas, estão oferecendo 'testes de fluxo lateral' em Hertfordshire. Agora não há necessidade de agendar - basta entrar. Você pode também solicitar kits de teste rápido da Covid para usar em casa ou coletá-los em um sítio local ou em uma farmácia que participe do programa de testes de fluxo lateral. **A testagem rápida duas vezes por semana** permite-nos encontrar casos e prevenir a propagação da infecção. Adquirir o hábito de fazer testes duas vezes por semana ajuda a manter nossos amigos e familiares seguros e, junto com o programa de vacinação, ajudará a garantir que possamos continuar a facilitar nossa saída do confinamento. Mais informações podem ser encontradas em: [www.hertfordshire.gov.uk/rapidtest](http://www.hertfordshire.gov.uk/rapidtest). **Lembre-se: se você tiver sintomas de COVID, você deve fazer um teste 'PCR'**.

Descubra como fazer um teste de PCR aqui: [www.gov.uk/get-coronavirus-test](http://www.gov.uk/get-coronavirus-test)

### Etapa 3 - não antes de 17 de maio - Contato social

Como parte da Etapa 3, não antes de 17 de maio, o governo espera continuar reduzindo os limites para ver amigos e familiares sempre que possível, permitindo que as pessoas decidam sobre o nível de risco apropriado para suas circunstâncias. Isso significa que a maioria das restrições legais para encontrar outras pessoas ao ar livre pode ser suspensa - embora reuniões de mais de 30 pessoas continuem sendo ilegais. Em ambientes internos, a regra de 6 ou 2 residências será aplicada - manteremos sob escrutínio se é seguro aumentá-la. O mais rápido possível e o mais tardar até a Etapa 3, também atualizaremos os conselhos sobre o distanciamento social entre amigos e família, incluindo abraços. Mas até este ponto, as pessoas devem continuar a manter distância de qualquer pessoa que não esteja em sua casa ou bolha de apoio. Para ler mais sobre cada uma das etapas do confinamento [CLIQUE AQUI PARA O WEBSITE GOV.UK](http://www.gov.uk)

**Relatos de crimes de ódio:** Embora Hertfordshire seja geralmente um condado seguro e tolerante, como em qualquer outro lugar, podem ocorrer crimes e incidentes motivados pelo ódio. Os crimes de ódio incluem agressões, ameaças ou atos de vandalismo, ou qualquer outro crime cometido contra alguém por causa de sua: deficiência, raça, religião, identidade transgênero ou orientação sexual. O impacto de um crime de ódio em alguém pode ser devastador. Pode fazer com que pessoas percam a confiança e tenham medo de ir e vir de casa, de estar em locais públicos ou até de fazer suas atividades diárias. Crimes de ódio não são tolerados em Hertfordshire. A Polícia de Hertfordshire tem oficiais especializados em crimes de ódio para enfrentar e desafiar esses incidentes, educar as pessoas e apoiar aqueles que foram afetados. Você pode denunciar crimes de ódio online em [herts.police.uk/report](http://herts.police.uk/report). Você pode falar com um operador em nossa Sala de Comunicações da Força Policial por meio de nosso chat online em [herts.police.uk / contact](http://herts.police.uk/contact). Você também pode ligar para o número não emergencial 101 ou, em uma emergência, discar 999. Você pode também denunciar crimes de ódio online em [report-it.org .uk](http://report-it.org.uk). **Para mais informações sobre onde denunciar crimes de ódio, visite [hertsagainsthate.org](http://hertsagainsthate.org)**

**Cuidadores não remunerados**, que não estão no registro de cuidadores do Posto de Saúde ou que não são conhecidos pelos serviços do concelho, precisarão entrar em contato com seu Posto Médico para providenciar sua vacina, pois não poderão mais fazer reservas online usando o Sistema de Reserva Nacional. <https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/book-coronavirus-vaccination/>



**Community Help Hertfordshire**  
A partnership of voluntary sector infrastructure organisations funded by Hertfordshire's public sector

