

Usmernenie

Celonárodný zákaz vychádzania

Zostaňte doma

Prípady koronavírusu v celej krajine prudko stúpajú. Tu sa dozviete, čo môžete a čo nemôžete robiť.

Vydané 4. januára 2021

Naposledy aktualizované 6. januára 2021 - [pozri všetky aktualizácie](#)

Kým:

[Úrad vlády](#)

Nasledovné platí pre:

Anglicko

Obsah

Zhrnutie: Čo môžete a čo nemôžete robiť počas celonárodného zákazu vychádzania

Komu sú tieto nariadenia určené

Ruky. Tvár. Odstup.

Kedy môžete opustiť bydlisko

Stretnutie s inými ľuďmi
Telesný pohyb
Rúška
Okruhy na podporu a starostlivosť o deti
Ak porušíte pravidlá
Ochrana ľudí vystavených väčšiemu riziku nákazy koronavírusom
Dochádzka na pracovisko
Navštevovanie škôl a vyšších odborných škôl
Vysoké školy
Starostlivosť o deti
Cestovanie
Medzinárodné cestovanie
Prenocovanie mimo vlastného bydliska
Návštevy domovov dôchodcov
Pohreby
Sobáše, registrované partnerstvá a náboženské aktivity
Miesta bohoslužieb
Šport a pohybová aktivita
Sťahovanie
Finančná podpora
Podniky a prevádzky
Podniky a prevádzky, ktoré môžu ostať otvorené
Zdravotníctvo and verejné služby

[Vytlačiť túto stránku](#)

Zhrnutie: Čo môžete a čo nemôžete robiť počas celonárodného zákazu vychádzania

Musíte zostať doma. Ten najzávažnejší krok, ktorý vieme všetci podniknúť, je zostať doma, chrániť NHS (národné zdravotníctvo) a zachrániť životy.

Tieto nariadenia by ste mali okamžite dodržiavať. Tak káže [zákon](#).

Opúšťanie bydliska

Nemáte povolené opustiť dom, alebo sa nachádzať mimo vlastného bydliska, pokiaľ to nie je nevyhnutné. Môžete opustiť bydlisko za účelom:

- nákupu základných potrieb pre seba alebo inú zraniteľnú osobu
- dochádzky do práce, alebo poskytnutia dobrovoľníckych alebo charitatívnych služieb, ak sa tak nedá rozumne urobiť z domu
- telesného pohybu spolu s členmi svojej domácnosti (alebo podpornej skupiny), alebo s jednou ďalšou osobou, s obmedzením na raz denne, a nemali by ste cestovať mimo vašej miestnej oblasti.
- stretnutia so svojou [podpornou skupinou](#) alebo [skupinou na starostlivosť o deti](#), ak je to nutné, no iba v prípade, že vám je zo zákona povolené skupinu vytvoriť
- vyhľadania zdravotnej pomoci alebo vyhnutiu sa zraneniu, úrazu alebo rizika ublíženiu na zdraví (vrátane domáceho násillia)
- zúčastnenia sa vzdelávania alebo starostlivosti o deti - u osôb, ktoré majú na to oprávnenie

Ak opustíte bydlisko z jedného z povolených dôvodov, mali by ste vždy ostať v okolí miesta bydliska - pokiaľ nie je nevyhnutné vycestovať ďalej, napríklad na pracovisko. Ostať v okolí miesta bydliska znamená ostať v dedine, meste alebo mestskej časti, v ktorej bývate.

Ak ste [klinicky mimoriadne zraniteľný](#), mali by ste vychádzať iba za účelom lekárskeho vyšetrenia, telesného pohybu, alebo v prípade, že je to nevyhnutné. Nemali by ste chodiť do práce

Stretnutie s inými osobami

Nie je povolené opustiť bydlisko za účelom spoločenského stretnutia s osobou, s ktorou nežijete, alebo s ktorou netvoríte [podpornú skupinu](#) (ak vám zákon umožňuje skupinu vytvoriť).

Cvičiť môžete osamote, s jednou ďalšou osobou alebo v rámci vlastnej domácnosti alebo podpornej skupiny. Toto by malo byť obmedzené na jeden krát denne, a nemali by ste cestovať mimo vlastnej oblasti.

Nie je povolené stretnúť sa s osobami, s ktorými nežijete, alebo s ktorými ste nevytvorili podpornú skupinu, s výnimkou z jedného z určených povolených dôvodov.

[Dodržiavajte odstup 2 metre](#) od osôb mimo vašej domácnosti.

Vzdelávanie

Vyššie odborné školy, základné školy a stredné školy ostanú otvorené iba pre [zraniteľné deti a deti kľúčových pracovníkov](#). Všetky ostatné deti budú absolvovať diaľkovú výučbu až do februárových prázdnin.

Predškolské strediská naďalej ostávajú otvorené.

Poskytovatelia vysokoškolského vzdelávania budú pokračovať do polovice februára v online výučbe pre všetkých študentov, okrem tých, čo študujú kurzy pre budúcich kľúčových pracovníkov.

Komu sú tieto nariadenia určené

Tieto nariadenia sú určené zdravým osobám. Pre [osoby mimoriadne klinicky zraniteľné koronavírusom](#) a pre [domácnosti s možnou alebo potvrdenou infekciou koronavírusom](#) existuje samostatné usmernenie. Ak ste klinicky mimoriadne zraniteľní, mali by ste dodržiavať [obnovené nariadenia o ochrane](#) a nemali by ste dochádzať do práce, školy, na

vyššiu odbornú školu, ani na vysokú školu. Mali by ste obmedziť čas strávený mimo bydliska. Mali by ste vychádzať von iba za účelom lekárskeho vyšetrenia, telesného pohybu, alebo v prípade, že je to nevyhnutné.

Ruky. Tvár. Odstup.

Každý tretí človek, ktorý má koronavírus, nemá žiadne príznaky a môže vírus šíriť bez toho, aby si to uvedomoval.

Pamätajte si - „Ruky. Tvár. Odstup.“

- ruky – ruky si umývajte pravidelne a minimálne po dobu 20 sekúnd
- tvár – noste rúško v interiéroch, kde môže byť ťažké dodržiavať spoločenské odstupy a kde prídete do kontaktu s ľuďmi, s ktorými sa bežne nestretávate
- odstup – pokiaľ je to možné, dodržiavajte dvojmetrový odstup od ľudí, s ktorými nežijete, alebo 1 meter s dodatočnými preventívnymi opatreniami (napríklad pri používaní rúška)

Za všetkých okolností dodržiavajte [nariadenia o bezpečnom stretnutí s inými osobami](#).

Kedy môžete opustiť bydlisko

Nemáte povolené opustiť dom, alebo sa nachádzať mimo vlastného bydliska, pokiaľ nemáte na to „pádny dôvod“. Tak káže zákon. Polícia môže voči vám konať v prípade, že opustíte bydlisko bez „pádneho dôvodu“, a vystaviť vám pokutu (blokovú pokutu).

Za prvý priestupok vám môže byť vystavená pokuta vo výške 200 £ a za každý následný priestupok sa pokuta zdvojnásobuje, až do výšky 6 400 £.

„Pádny dôvod“ zahŕňa:

Prácu

Je povolené opustiť bydlisko za účelom dochádzky do práce iba v prípade, že nie je možné vykonávať vašu prácu z domu. Toto zahŕňa, okrem iného osoby, ktoré pracujú v rámci kľúčovej národnej infraštruktúry, stavebníctva alebo výroby, ktorá si vyžaduje fyzickú prítomnosť

Dobrovoľnícke služby

Taktiež môžete opustiť bydlisko za účelom poskytnutia dobrovoľníckej alebo charitatívnej služby.

Nevyhnutné aktivity

Môžete opustiť bydlisko za účelom nákupu v obchode alebo prístupu k službám. Taktiež môžete opustiť bydlisko za účelom výkonu týchto aktivít v mene postihnutej alebo zraniteľnej osoby, alebo v mene niekoho, kto je v karanténe.

Vzdelávanie and starostlivosť o deti

Môžete opustiť bydlisko iba za účelom vzdelávania, registrovanej opatery o deti a aktivít pre deti pod dozorom, v prípade, že má dieťa oprávnenie zúčastniť sa. Prístup k vzdelaniu a detským aktivitám pre deti v školopovinnom veku je obmedzený. Pozrite si [d'alsie informácie o](#)

[vzdelávaní and starostlivosti o deti](#). Aktuálne platné dohody ohľadne kontaktu medzi rodičmi a deťmi, v prípadoch, kedy žijú oddelene od seba, môžu naďalej pokračovať. Ak žijete v domácnosti s osobou mladšou než 14 rokov, máte taktiež nárok [vytvoriť skupinu na starostlivosť o deti](#).

Stretnutie s inými ľuďmi a starostlivosť

Môžete opustiť bydlisko za účelom:

- návštevy osôb vo vlastnej [podpornej skupine](#) (v prípade, že vám je zo zákona povolené skupinu vytvoriť)
- poskytnutia neformálnej starostlivosti o deti mladšie než 14 rokov, v rámci [skupiny na starostlivosť o deti](#) (napríklad na umožnenie rodičom pracovať, nie na umožnenie spoločenského stretnutia medzi dospelými osobami)
- poskytnutia starostlivosti postihnutým alebo zraniteľným osobám
- poskytnutia núdzovej pomoci
- účasti v podpornej skupine (do 15 osôb)
- ponúknutia úľavy od starostlivosti v prípadoch, kedy je starostlivosť poskytnutá zraniteľnej osobe alebo osobe s postihnutím, alebo sa jedná o krátku úľavu pri starostlivosti o dieťa, ktoré je štátom zverené do opatery.

Šport

Cvičiť môžete naďalej osamote, s jednou ďalšou osobou, alebo v rámci vlastnej domácnosti alebo podpornej skupiny. Telesný pohyb by mal byť obmedzený na jeden krát denne, a nemali by ste cestovať mimo vlastnej oblasti. Mali by ste dodržiavať [spoločenskú vzdialenosť](#). Pozrite si [telesný pohyb](#).

Zdravotné dôvody

Máte povolené opustiť bydlisko zo zdravotných dôvodov, vrátane za účelom testu na COVID-19, na lekárske vyšetrenie a z núdzových dôvodov.

Tehotenstvo

Môžete opustiť bydlisko za účelom sprevádzania pri pôrode, alebo za účelom prístupu k iným tehotenským službám, alebo za účelom sprevádzania dieťaťa v kritickej pôrodnnej lekárskej starostlivosti.

Pozrite si [nariadenia NHS ohľadne tehotenstva a koronavírusu](#).

Ublíženie na zdraví

Môžete opustiť bydlisko za účelom vyhnutia sa zraneniu alebo chorobe, alebo uniknutiu riziku ujmy na zdraví (napríklad pri domácom násilí).

Súcitné návštevy

Tiež môžete opustiť bydlisko za účelom návštevy osoby, ktorá umiera, alebo niekoho v domove dôchodcov (ak je to povolené v [nariadeniach pre domovy dôchodcov](#)), hospici, alebo nemocnici, alebo ich sprevádzať na lekárske vyšetrenie.

Blahobyť zvierat'a

Máte povolené opustiť bydlisko z dôvodov blahobytu zvierat'a, napríklad na vyšetrenie alebo liečbu veterinárom.

Spoločenská bohoslužba a životné udalosti

Máte povolené opustiť bydlisko za účelom účasti alebo na návštevu miesta bohoslužieb na spoločenskú bohoslužbu, účasti na pohrebe alebo udalosti spojenej s úmrtím, návštevy cintorínu alebo pamätnej záhrady, alebo účasti na svadobnom obrade. Dodržiavajte pokyny [národného usmernenia o bezpečnom využití priestorov bohoslužieb](#) a nesmiete sa miešať s nikým mimo vlastnej domácnosti alebo podpornej skupiny. Na svadby, pohreby, a náboženské alebo spomienkové udalosti spojené s niekoho úmrtím sa viažu obmedzenia ohľadne povoleného počtu zúčastnených hostí.

Ďalšie povolené odôvodnenia

Platia aj ďalšie povolené odôvodnenia. Napríklad, bydlisko môžete opustiť za účelom splnenia si právnych povinností, alebo vykonanie aktivít spojených s predajom, kúpou, prenájmom alebo podnájomom nehnuteľnosti, za účelom demonštrácie, alebo v prípade že je to potrebné na zúčastnenie sa volieb alebo referenda.

Stretnutie s inými ľuďmi

Je nezákonné spoločensky sa stýkať s rodinou alebo priateľmi, pokiaľ nie sú súčasťou vašej domácnosti alebo podpornej skupiny. Nemôžete opustiť bydlisko za účelom rekreácie alebo oddychových aktivít (napríklad na piknik alebo spoločenské stretnutie).

Telesný pohyb

Mali by ste obmedziť čas strávený mimo vlastného bydliska, no môžete opustiť bydlisko za účelom telesného pohybu. Toto by malo byť obmedzené na jeden krát denne, a nemali by ste cestovať mimo vlastnej oblasti.

Na verejnom priestranstve môžete cvičiť:

- osamote
- s ľuďmi, s ktorými žijete
- vo vlastnej podpornej skupine (v prípade, že vám je zo zákona povolené skupinu vytvoriť)
- so skupinou starostlivosti o deti počas poskytovania opatery deťom
- alebo osamote, iba v sprievode jednej ďalšej osoby z inej domácnosti

Toto zahŕňa, okrem iného, beh, bicyklovanie, chôdzu a plávanie. Osobný tréning môže pokračovať na individuálnom základe (1+1), s výnimkami prípadov, ak všetci zúčastnení pochádzajú z rovnakej domácnosti alebo podpornej skupiny.

Medzi vonkajšie verejné miesta patria:

- parky, pláže, verejne dostupná príroda, lesy
- verejné záhrady (bez ohľadu na to, či sa za vstup do nich platí, alebo nie)
- pozemok patriaci kultúrnemu dedičstvu
- detské ihriská

Verejné športové priestory sa musia zatvoriť, napríklad:

- tenisové kurty
- golfové ihriská
- bazény

Deti mladšie než 5 rokov, a maximálne dvaja opatrovatelia postihnutej osoby, ktorá vyžaduje nepretržitú starostlivosť, sa nepočítajú do obmedzenia počtu osôb cvičiacich vonku.

Ak máte vy (alebo osoba vo vašej starostlivosti) zdravotný stav, ktorý si vyžaduje, aby ste pravidelne opúšťali bydlisko za účelom udržania zdravia - vrátane povinnosti cestovať mimo vlastnej oblasti alebo cvičenia niekoľkokrát denne - máte povolené tak urobiť.

Keď ste v spoločnosti iných ľudí, dodržiavajte odstup 2 metrov od osôb mimo vašej domácnosti - to znamená od osôb, s ktorými žijete - alebo mimo vášho [okruhu podpory](#). V prípadoch, kedy to nie je možné, dodržiavajte odstup 1 metra s dodatočnými opatreniami (napr. nosením rúška).

Rúška

V mnohých vnútorných priestoroch, ako napríklad v obchodoch a miestach bohoslužieb, ako aj počas cestovania verejnou dopravou, musíte nosiť rúško, pokiaľ sa na vás nevzťahuje výnimka. Tak káže zákon. [Prečítajte si nariadenia o nosení rúška](#).

Okruhy určené na podporu a starostlivosť o deti

Na povolenie vytvoriť podporný okruh alebo skupinu na starostlivosť o deti musíte spĺňať určité pravidlá oprávnenosti. To znamená, že nie každý má povolené vytvoriť okruh.

[Okruh na starostlivosť o deti](#) je podporná sieť, ktorá spája dve domácnosti. Môžete vytvoriť podporný okruh akejkoľvek veľkosti s inou domácnosťou, iba ak spĺňate [pravidlá oprávnenosti](#).

Je nezákonné vytvoriť podporný okruh ak nebudete dodržiavať tieto pravidlá.

Môžete opustiť bydlisko za účelom návštevy podporného okruhu (a prenocovania u nich). No ak vytvoríte podporný okruh, najlepšie by bolo urobiť tak s domácnosťou, ktorá žije nablízku. To pomôže zabrániť šíreniu vírusu z oblasti s vysokou infekčnosťou.

Ak žijete v domácnosti s osobou mladšou než 14 rokov, máte nárok [vytvoriť okruh na starostlivosť o deti](#). Toto umožňuje priateľom alebo rodine z inej domácnosti poskytnúť neformálnu starostlivosť o deti.

Nesmiete sa spoločensky stretávať so svojim okruhom na starostlivosť o deti, a musíte sa vyhnúť spoločným stretnutiam s členmi podporného okruhu zároveň s členmi okruhu starostlivosti o deti.

Existuje samostatné usmernenie pre [podporný okruh](#) a [podporný okruh pri starostlivosti o deti](#).

Kde a kedy sa môžete stretávať vo väčších skupinách

Nadalej existujú okolnosti, za ktorých je možné stretnúť sa s inými osobami mimo vlastnej domácnosti, okruhom na starostlivosť o deti, alebo okruhom podpory, vo väčšom počte, no nemalo by sa tak robiť za účelom spoločenského stretnutia a iba na povolené účely. Kompletný zoznam povolených okolností bude zahrnutý v nariadeniach, a zahŕňa stretnutia:

- za prácou alebo poskytovaním dobrovoľných alebo charitatívnych služieb, ak to nie je praktické robiť z domu. To môže zahŕňať prácu v domoch iných ľudí, ak je to nevyhnutné - napríklad pre opatrovatelky, upratovačky, sociálnych pracovníkov poskytujúcich podporu pre deti a rodiny, alebo remeselníkov.

Pozrite si nariadenia o [bezpečnej práci v cudzej domácnosti](#). Ak sa pracovné stretnutie nemusí konať v súkromnej domácnosti alebo záhrade, malo by sa tomu vyhnúť - napríklad, je povolené stretnúť sa s osobným trénerom, no mali by ste tak urobiť na verejnom priestranstve.

- v [okruhu podpory na starostlivosť o dieťa](#) (jedine za účelom opatery o dieťa)
- za účelom vzdelávania, registrovanej opatery o deti a aktivít pre deti pod dozorom, v prípade že na to existuje oprávnenie. Prístup k vzdelaniu a službám na opateru o deti je obmedzený. Pozrite si informácie o [vzdelávaní and starostlivosti o deti](#).
- na dohody, keď deti nežijú v spoločnej domácnosti ako obaja ich rodičia alebo opatrovníci
- na umožnenie kontaktu medzi biologickými rodičmi a deťmi umiestnenými do náhradnej starostlivosti, ako aj medzi súrodencami umiestnenými do starostlivosti
- pre budúcich adoptívnych rodičov na stretnutie s dieťaťom alebo deťmi, ktoré môžu byť umiestnené do ich starostlivosti
- na umiestnenie alebo umožnenie umiestnenia dieťaťa alebo detí do náhradnej starostlivosti oddelením sociálnych služieb
- pre pôrodných partnerov
- na poskytnutie núdzovej pomoci, vyhnutie sa zraneniu alebo chorobe, alebo na únik riziku ujmy na zdraví (vrátane domáceho násillia)
- na návštevu umierajúceho, alebo návštevu osoby, ktorá sa lieči v nemocnici, hospici alebo domove dôchodcov, alebo za účelom sprevádzania člena rodiny alebo známeho na lekárske vyšetrenie
- na splnenie zákonnej povinnosti, napríklad účasť na súdoch alebo v súdnej porote
- na stretnutia v rámci justičného ubytovania alebo imigračných záchytných centier

- na poskytnutie starostlivosti alebo pomoci zraniteľnej osobe alebo poskytnutie úľavy voľna opatrovateľovi
- na svadbu alebo podobný obrad. Toto by sa malo konať iba za výnimočných okolností a s obmedzeným počtom do 6 osôb.
- na pohreby - maximálne do 30 osôb. Kary a podobné podujatia môžu pokračovať v skupinách do 6 osôb.
- pre vrcholových športovcov (a ak je potrebné, aj ich trénerov alebo rodičov/opatrovateľov, ak sú maloletí) - alebo pre tých, čo smerujú do oficiálneho vrcholového športu - za účelom súťaženia a tréningu
- na pomoc pri presťahovaní z domu

Podporné skupiny, u ktorých je potrebné, aby sa konali osobne, môžu pokračovať v počte do 15 účastníkov, pod podmienkou, že sa jedná o formálne organizované skupiny na poskytnutie vzájomnej pomoci, terapie alebo inej formy podpory - no musia sa konať v priestoroch mimo súkromného bydliska.

Keď skupina zahŕňa niekoho spadajúceho pod výnimku (napríklad niekoho, kto pracuje alebo vykonáva dobrovoľnú činnosť), zvyčajne sa nepočítajú do limitu na stretnutia. To znamená, že napríklad poskytovateľ služieb smie vstúpiť do domácnosti bez porušenia obmedzenia, ak je tam za účelom vykonania práce, a úradník na svadbe sa nepočíta do obmedzenia.

Ak porušíte pravidlá

Polícia môže voči vám konať v prípade, že sa stretnete vo väčších skupinách. To zahŕňa prerušenie nelegálnych stretnutí a udelenie pokút (blokových pokút).

Za prvý priestupok vám môže byť vystavená pokuta vo výške 200 £ a za každý následný priestupok sa pokuta zdvojnásobuje, až do výšky 6 400 £. Ak zorganizujete, alebo sa podieľate na zorganizovaní, nelegálneho stretnutia väčšieho než 30 osôb, polícia môže vystaviť pokutu až do výšky 10 000 £.

Ochrana ľudí vystavených väčšiemu riziku nákazy koronavírusom

Ak ste [klinicky zraniteľní](#), môžete byť vystavení vyššiemu riziku horšieho priebehu koronavírusu. Pre [osoby klinicky mimoriadne zraniteľné koronavírusom](#) sú dodatočné nariadenia. Ak ste klinicky mimoriadne zraniteľní, mali by ste dodržiavať [obnovené nariadenia o ochrane](#) a nemali by ste dochádzať do práce, školy, na vyššiu odbornú školu alebo na vysokú školu. Mali by ste obmedziť čas strávený mimo bydliska. Mali by ste vychádzať von iba za účelom lekárskeho vyšetrenia, telesného pohybu, alebo v prípade, že je to nevyhnutné.

Dochádzka na pracovisko

Dochádzať na pracovisko smiete iba v prípade, že nie je možné, aby ste pracovali z domu.

Ak človek nemôže pracovať z domu, mal by naďalej dochádzať do práce. Toto zahŕňa, okrem iného, osoby, ktoré pracujú v rámci:

- kľúčovej národnej infraštruktúry
- stavebníctva
- výroby
- opatery o deti alebo vzdelávania
- základných verejných služieb

To je nevyhnutné pre udržanie krajiny v prevádzke a na podporu sektorov a zamestnávateľov.

Ľudia môžu v prípade potreby naďalej [pracovať v domovoch iných ľudí](#) - napríklad ako opatrovatelky, upratovačky alebo remeselníci. V opačnom prípade by ste sa mali vyhnúť pracovným stretnutiam s ľuďmi v súkromnom dome alebo na záhrade, kde nemusia byť zavedené bezpečnostné opatrenia proti COVID-19.

Zamestnávatelia a zamestnanci by si mali prediskutovať pracovnú dohodu, a zamestnávatelia by mali vykonať všetky potrebné kroky na to, aby zamestnancom umožnili pracovať z domu, vrátane poskytnutia vhodných počítačových systémov a zariadení potrebných na umožnenie práce na diaľku. V prípade, že ľudia nemôžu pracovať z domu, zamestnávatelia by mali podniknúť kroky k tomu, aby sa mohli zamestnanci vyhnúť rušným časom a spojom vo verejnej hromadnej doprave.

Riziko prenosu sa dá podstatne znížiť, ak sa budete dôsledne riadiť [bezpečnostnými pokynmi pre COVID-19](#). Osobitnú pozornosť treba venovať ľuďom s vyšším rizikom nákazy.

Navštevovanie škôl a vyšších odborných škôl

Vyššie odborné školy, základné školy (od prípravného ročníka a vyššie) a stredné školy ostanú otvorené iba pre [zraniteľné deti a deti kľúčových pracovníkov](#). Všetky ostatné deti budú absolvovať diaľkovú výučbu až do februárových prázdnin.

Skúšky

Za týchto okolností nie je možné, aby sa skúšky v letnom období konali tak, ako bolo pôvodne plánované. Ministerstvo školstva bude preto spolupracovať s Ofqualom na rýchlej konzultácii s cieľom zaviesť alternatívne riešenia, ktoré umožnia študentom spravodlivý postup.

Ak tak uznajú za vhodné, poskytovatelia môžu naďalej pokračovať v odborných a technických skúškach, ktoré sa majú konať v januári.

Vysoké školy

Tí študenti, ktorí absolvujú odbornú prípravu a štúdium nasledujúcich kurzov, by sa mali vrátiť do osobnej výučby, ako bolo pôvodne plánované:

- Zdravotníctvo a zubné lekárstvo
- Predmety spojené so zdravotníctvom/zdravím
- Veterinárne vedecké disciplíny
- Vzdelanie (počiatočná výučba učiteľov)
- Sociálna práca
- Predmety, ktoré vyžadujú hodnotenie profesionálnym, štatutárnym a kontrolným orgánom (PSRB) a/alebo povinnú aktivitu, ktorá je naplánovaná na január a ktorá sa nedá preložiť na iný termín (vaša vysoká škola vás bude informovať, ak sa to na vás vzťahuje).

Študenti, ktorí sa vracajú, by sa mali po návrate na vysokú školu nechať dva krát otestovať, v opačnom prípade by sa mali izolovať po dobu desiatich dní.

Študenti, ktorí neštudujú tieto predmety, by mali podľa možnosti ostať tam, kde sú, a začať nový semester za podpory vysokej školy alebo

vyššej odbornej školy cez internet, minimálne do polovice februára. Toto zahŕňa žiakov študujúcich iné praktické predmety nenachádzajúce sa na vyššie uvedenom zozname.

Taktiež sme vydali [nariadenia pre vysoké školy a študentov o bezpečnom návrate na vysokoškolské štúdium v jarom semestri školského roku.](#)

Tieto nariadenia určujú spôsob, akým budeme podporovať poskytovateľov vysokoškolského vzdelania, aby umožnili študentom čo najbezpečnejší návrat po zimných prázdninách.

Ak žijete na vysokej škole, nemali by ste sa počas školského semestra pohybovať medzi trvalým bydliskom a školským ubytovaním.

Študenti, ktorí majú oprávnenie na osobnú výuku, ak je to nevyhnutné, sa môžu v rámci formálnej výučby alebo výcviku stretávať v skupinách väčších, než je vaša domácnosť. Od študentov sa očakáva, že budú dodržiavať usmernenia a obmedzenia. Pokiaľ je to možné, je potrebné dodržiavať spoločenský odstup od osôb, s ktorými nežijete.

Starostlivosť o deti

Existuje niekoľko spôsobov, ako môžu mať rodičia a opatrovatelia naďalej prístup k starostlivosti o deti:

- Predškolské strediská (vrátane materských škôl a opatrovateľov detí) naďalej ostávajú otvorené
- Opatrovatelia detí by mali naďalej umožňovať deťom dochádzať ako obvykle, s výnimkou detí v školskom veku. Opatrovatelia detí opatrojúci deti v školopovinnom veku (vrátane detí v prípravnom ročníku v škole) by mali umožniť dochádzku iba [zraniteľným deťom](#) a deťom [klúčových pracovníkov](#).

- [Zraniteľné deti a deti kľúčových pracovníkov](#) môžu naďalej využívať služby registrovanej starostlivosti o deti, opatrovateľov detí a iné detské aktivity (vrátane rannej a popoludňajšej starostlivosti)
- rodičia môžu s jednou inou domácnosťou vytvoriť okruh na starostlivosť o deti za účelom neformálnej starostlivosti o deti, ak je dieťa mladšie než 14 rokov. Toto je najmä za účelom umožnenia rodičom pracovať, a nesmie to byť využité na umožnenie spoločenského kontaktu medzi dospelými
- niektoré domácnosti môžu taktiež využiť možnosť vytvorenia podporného okruhu
- pestúnky môžu naďalej poskytovať svoje služby, vrátane v domácnosti

Cestovanie

Nesmiete opustiť svoje bydlisko, pokiaľ nemáte pádny dôvod (napr. za účelom práce alebo vzdelávania). Ak potrebujete cestovať, mali by ste ostať v miestnej lokalite - to znamená, vyhnúť sa cestovaniu mimo vlastnej dediny, mesta, alebo mestskej časti, v ktorej bývate - a snažiť sa obmedziť celkové množstvo ciest. Zoznam dôvodov, prečo môžete opustiť svoj domov a oblasť, okrem iného obsahuje:

- prácu, ak nemôžete pracovať z domu
- vzdelanie a zodpovednosť vyplývajúcu z opatery
- návštevu členov podporného okruhu - alebo členov okruhu skupiny na starostlivosť o deti za účelom starostlivosti o deti
- vyšetrenie v nemocnici, u všeobecného lekára a iných zdravotníkov, alebo vyšetrenie z dôvodu utrpenia úrazu alebo obáv o vlastné zdravie

- nákup potrebného tovaru alebo služieb, ale mali by ste sa snažiť v rámci možnosti ostať vo vlastnej oblasti
- telesný pohyb vonku. V rámci možnosti by sa to malo odohrávať vo vlastnej oblasti, ale ak je to nevyhnutné, môžete precestovať krátku vzdialenosť v rámci vlastnej lokality (napríklad na otvorené priestranstvo)
- poskytnutie starostlivosti alebo pohybu zvierat'u, alebo návštevu veterinárnych služieb

Ak potrebujete cestovať, pokiaľ je to možné, mali by ste chodiť peši alebo na bicykli, plánovať dopredu, a vyhnúť sa rušným časom a trasám pri cestovaní mestskou hromadnou dopravou. Umožní vám to dodržiavanie sociálnej vzdialenosti aj pri cestovaní.

Vyhnite sa cestovaniu v aute s osobami mimo vašej domácnosti alebo vašej podpornej skupiny. Prečítajte si [informácie o spoločnom cestovaní autom](#).

Ak potrebujete cestovať verejnou dopravou, dodržiavajte [pokyny pre bezpečnejšie cestovanie](#).

Medzinárodné cestovanie

Cestovať medzinárodne - alebo v rámci Spojného Kráľovstva je povolené - iba ak máte zo zákona povolené opustiť bydlisko. Okrem toho by ste mali vziať do úvahy rady týkajúce sa verejného zdravia v krajine, ktorú navštevujete.

Ak potrebujete cestovať do zahraničia (a je vám to z zákona povolené, napríklad z pracovných dôvodov), aj ak sa vraciate na predtým navštívené miesto, mali by ste si overiť pravidlá v cieľovej destinácii a

[cestovné nariadenia Ministerstva zahraničných vecí, spoločensva a rozvoja \(FCDO\).](#)

V súčasnosti nie je potrebné, aby sa obyvatelia Spojeného Kráľovstva okamžite vrátili domov. No mali by ste si overiť opatrenia leteckej spoločnosti alebo cestovnej kancelárie pri návrate domov.

Osoby s cudzou národnosťou spadajú pod nariadenia povinnosti „ostať doma“. Nemali by ste cestovať do zahraničia, pokiaľ to nie je povolené. To znamená, že nesmiete ísť na dovolenku.

Ak ste na návšteve v Spojenom Kráľovstve, môžete sa vrátiť domov. Mali by ste si overiť, či sa na vašu cieľovú destináciu vzťahujú obmedzenia.

Prenocovanie mimo vlastného bydliska

Nesmiete opustiť vlastné bydlisko, alebo miesto, kde žijete, za účelom dovolenky alebo prenocovania, pokiaľ na to nemáte vhodný dôvod. To znamená, že dovolenky v rámci Spojeného Kráľovstva, ani v zahraničí, nie sú povolené.

Toto zahŕňa ubytovanie v druhom domove alebo karavane, ak to nie je vašim hlavným miestom bydliska. Taktiež to zahŕňa ubytovanie s osobami, s ktorými nežijete, pokiaľ netvoria súčasť vašej podpornej skupiny.

Máte povolené prenocovať mimo bydliska v prípade:

- návštevy podpornej skupiny
- ak nie ste schopní vrátiť sa do hlavného miesta bydliska
- ak potrebujete ubytovanie počas sťahovania

- ak potrebujete ubytovanie na účasť na pohrebe alebo na súvisiacej smútočnej udalosti
- ak potrebujete ubytovanie z pracovných dôvodov alebo na poskytnutie dobrovoľníckych služieb
- ak ste dieťa, ktoré potrebuje ubytovanie na vzdelávanie alebo opateru
- ak trpíte bezdomovstvom, podali ste žiadosť o azyl alebo ste zraniteľná osoba vyhľadávajúca úkryt, alebo unikáte pred ublížením na zdraví (vrátane domáceho násilia)
- ak ste vrcholový športovec, alebo ich podporný zamestnanec alebo rodič, ak je športovec maloletý, a je nutné, aby sa z dôvodov súťaže alebo tréningu nachádzali mimo bydliska

Ak už dovoľenkujete, mali by ste sa čo najskôr vrátiť domov.

Poskytovatelia ubytovania, ako napríklad hotelov, penziónov a karavánových parkov, môžu ostať otvorení na základe konkrétnych dôvodov stanovených zákonom, vrátane prípadov, kedy sa hostia nemôžu vrátiť na miesto trvalého bydliska, ak sa hosťovské priestory využívajú na hlavné ubytovanie, ak niekto potrebuje ubytovanie počas sťahovania, ak sú zo zákona v karanténe, alebo ak by v prípade uzatvorenia ubytovania ostala osoba bez domova. Kompletný zoznam dôvodov nájdete v [nariadeniach na uzatvorenie určitých podnikov a priestorov v Anglicku](#).

Poskytovateľom ubytovania sa odporúča, aby spolupracovali s miestnym orgánom na poskytnutí ubytovania pre zraniteľné skupiny, vrátane bezdomovcov.

Návštevy domovov dôchodcov

Návštevy domovov dôchodcov sa môžu uskutočňovať s vybavením, ako sú rozsiahle clony/štíty, kabínky pre návštevníkov a stretnutím cez okno. Návštevy vo vnútri, pri ktorých príde k blízkemu kontaktu, nie sú povolené. V prípade vypuknutia epidémie priamo v domove nebudú návštevy povolené.

Mali by ste si overiť nariadenia o [návšteve domovov dôchodcov počas COVID-19](#) aby ste si overili, ako sa majú návštevy uskutočniť. Obyvatelia domovov nemajú povolené počas vychádzky stretnúť sa s inými osobami vo vnútorných priestoroch (napríklad, navštíviť príbuzných v ich domácnosti). Existuje [samostatné usmernenie pre osoby žijúce v podpornom ubytovaní](#).

Pohreby

Pohreby sa môžu odohrávať s dohliadnutím na prísne obmedzenie počtu zúčastnených, a okrem za výnimočných podmienok sa smú odohrávať iba v COVID-zabezpečených priestoroch alebo na verejných priestranstvách.

Na pohreboch sa smie zúčastniť maximálne 30 osôb. S tým spojené náboženské alebo spomienkové udalosti, ako napríklad uloženie pohrebného kameňa alebo roztrúsenie popola, sa môžu konať za účasti menej než 6 osôb. Ktokoľvek, kto v rámci udalosti pracuje, sa nepočíta do obmedzenia. V rámci týchto stretnutí by mali osoby, ktoré spolu nežijú alebo nie sú súčasťou rovnakej podpornej skupiny, dodržiavať spoločenský odstup.

Sobáše, registrované partnerstvá a náboženské aktivity

Svadby a registrované partnerstvá sa môžu konať len za účasti menej než 6 osôb. Ktokoľvek, kto v rámci udalosti pracuje, sa nepočíta do obmedzenia. V rámci možnosti by sa mali tieto udalosti odohrávať iba vo výnimočných prípadoch, napríklad v prípade súrnej svadby, kde jeden zo sobášiacich sa je vážne chorý a neočakáva sa, že sa vylieči, alebo bude musieť absolvovať vysilujúcu liečbu alebo chirurgický zákrok, ktorý im zmení kvalitu života.

Sobáše a registrované partnerstvá sa okrem výnimočných podmienok smú odohrávať iba v proti COVID-zabezpečených priestoroch alebo na verejných priestranstvách.

Miesta bohoslužieb

Účasť na bohoslužbách je povolená. No nesmiete sa stykať s nikým mimo vašej domácnosti alebo podpornej skupiny. Musíte nepretržite prísne dodržiavať pokyny na spoločenský odstup.

Dodržiavajte pokyny [národného usmernenia o bezpečnom využití priestorov bohoslužieb](#).

Šport a pohybová aktivita

Vnútorne telocvične a športové zariadenia budú zatvorené. Vonkajšie športové kurty, vonkajšie telocvične, golfové ihriská, vonkajšie bazény, lukostrelecké centrá/golfové trenažéry/strelecké centrá a jazdecké školy sa musia tiež zatvoriť. Organizovaný šport v prírode pre ľudí so zdravotným postihnutím môže naďalej pokračovať.

Vrcholový šport môže pokračovať. Existujú dodatočné [nariadenia pre postupný návrat vrcholového športu](#).

Sťahovanie

Môžete sa presťahovať. Ľudia, ktorí nepatria do vašej domácnosti alebo [okruhu podpory](#) by vám nemali pomáhať pri sťahovaní, pokiaľ to nie je nevyhnutné.

Realitné kancelárie a sťahovacie služby môžu naďalej fungovať. Ak sa chcete presťahovať, môžete ísť na obhliadku nehnuteľností.

Dodržiavajte [národné nariadenia o bezpečnom sťahovaní sa](#), čo zahŕňa rady ohľadne dodržiavania spoločenského odstupu, vetrania a [nosenia rúška](#).

Finančná podpora

O finančnú podporu môžete požiadať bez ohľadu na to, kde žijete

- [balíčky finančnej podpory pre podniky](#)
- [finančná podpora pre uzavreté podniky v dôsledku stupňovitých obmedzení](#)
- [nárok na mzdu zamestnanca prostredníctvom Coronavirus Job Retention Scheme](#)
- [skontrolujte, či môžete požiadať o grant prostredníctvom systému podpory príjmu zo samostatnej zárobkovej činnosti](#)
- [finančná podpora ak nepracujete dôsledkom koronavírusu](#)

Podniky a prevádzky

Podniky a prevádzky, ktoré sa musia zatvoriť

Za účelom obmedzenia spoločenského kontaktu je potrebné, aby sa niektoré podniky zatvorili, a určili sa obmedzenia ohľadne toho, ako niektoré prevádzky dodávajú tovar a služby. Kompletný zoznam podnikov, ktoré musia zatvoriť, nájdete v nariadeniach na uzatvorenie určitých podnikov a priestorov v Anglicku, ale zoznam zahŕňa:

- menej kľúčové predajne, ako napríklad s oblečením a domácimi potrebami, predajne vozidiel (okrem prenájmu), stávkové kancelárie, krajčírstva, tabak, obchody s elektronickým tovarom a mobilnými telefónmi, dražby (okrem dražieb hospodárskych zvierat alebo hospodárskej výbavy), a trhovísk predávajúcich menej kľúčový tovar. Tieto prevádzky môžu naďalej využívať predaj cez službu online objednávky a odberu (ak je tovar vopred objednaný a vyzdvihnutý mimo prevádzkových priestorov) a rozvozových služieb.
- pohostinstvá ako napríklad kaviarne, reštaurácie, krčmy, bary a spoločenské kluby; s výnimkou poskytnutia jedla a nápojov na odber (do 23. hodiny), online objednávky a odberu, a drive-through Všetky jedlá a nápoje (vrátane alkoholu) sa môžu naďalej poskytovať pomocou donášky.
- ubytovanie, ako napríklad hotely, hostely, hosťovské ubytovne a kempy, okrem za určitých podmienok, ako napríklad ak sú niekoho trvalým bydlisko, ak sa osoba nemôže vrátiť domov, na poskytnutie ubytovania alebo podpory pre bezdomovcom, alebo ak je potrebné sa tam ubytovať kvôli práci.
- oddychové a športové zariadenia, ako napríklad športové strediská a telocvične, plavárne, športové kurty, fitness a tanečné štúdiá, stajne, lezecké steny a golfové ihriská.
- zábavné zariadenia, ako napríklad divadlá, koncertné haly, kiná, múzeá a galérie, kasína, zábavné herne, herne binga, bowlingové dráhy, klziská, dráhy na go-karting, vnútorné ihriská a

detské areály (vrátane nafukovacích parkov a trampolín), cirkusy, kolotoče, vodné parky a horské dráhy.

- zvieracie atrakcie (ako napríklad zoo, safari parky, akváriá a strediská voľnej prírody)
- vnútorné atrakcie v priestoroch ako napríklad botanické záhrady, budovy národného dedičstva a pamiatky musia tiež zatvoriť, no vonkajšie priestory týchto pozemkov smú ostať otvorené za účelom cvičenia vonku
- služby poskytujúce osobnú starostlivosť, napríklad o vlasy, krásu, opaľovanie a nechty. Tetovacie štúdiá, kúpele, masážne salóny, a salóny poskytujúce piercing tela a pokožky tiež musia zatvoriť. Tieto služby sa nemajú poskytovať v domácnostiach
- komunitné centrá a haly musia zatvoriť, okrem z nižšie uvedených, obmedzených dôvodov, ktorým je udelená výnimka. Knižnice môže tiež ostať otvorené aby poskytli prístup k počítačovým a digitálnym službám - napríklad pre osoby, ktorým doma chýba prístup - a na služby online objednávky a odberu

Niektoré z týchto podnikov a priestorov budú mať povolené ostať otvorené pre malé množstvo výnimočných aktivít. Kompletný zoznam výnimiek nájdete v [nariadeniach na uzatvorenie určitých podnikov a priestorov v Anglicku](#), ale zoznam zahŕňa:

- vzdelanie a výučbu - pre využitie pohybových, oddychových a spoločenských zariadení školami, ak je to súčasť ich bežnej ponuky
- starostlivosť o deti a aktivity pre deti pod dohľadom pre tie osoby, ktoré majú na to oprávnenie
- organizácia stretnutí na darovanie krvi a zberní jedla
- poskytnutie lekárskej starostlivosti

- tréning a súťaž pre vrcholových športovcov (vo vnútorných aj vonkajších športových priestoroch), a pre prácu profesionálnych tanečníkov a choreografov (vo fitness a tanečných štúdiách)
- na tréning a nácvik bez obecnstva (v divadlách a koncertných halách)
- za účelom nakrúcania filmov a televíznych programov

Podniky a prevádzky, ktoré môžu ostať otvorené

Ostatné podniky a prevádzky majú povolené ostať otvorené, ak budú dodržiavať nariadenia ohľadne COVID-19. Podniky poskytujúce základný tovar a služby môžu ostať otvorené. Kompletný zoznam týchto podnikov nájdete v [nariadeniach na uzatvorenie určitých podnikov a priestorov v Anglicku](#), ale zoznam zahŕňa:

- základné predajne, ako napríklad potraviny, supermarkety, lekárne, záhradné centrá, stavebných dodávateľov a menšie predajne spotrebiteľského tovaru, a malé predajne tovaru
- trhoviská, ktoré predávajú základné potreby, môžu tiež ostať otvorené
- opravárske podniky môžu tiež ostať otvorené, pokiaľ poskytujú z väčšiny opravárske služby
- pumpy, automatické (ale nie ručné) autoumyvárne, opravy vozidiel a služby na overenie stavu vozidla, predajne s bicyklami, taxislužby a podniky poskytujúce prenájom vozidiel
- banky, stavebné spoločnosti, pošty, poskytovatelia krátkodobých úverov a prevádzky na presun peňazí
- pohrebníctva
- čistiarne a práčovne
- zdravotné a zubárske služby

- veterinárstva a predajne tovaru a jedla na starostlivosť a blahobyť zvierat
- centrum záchrany zvierat, zvieracie ubytovne a služby poskytujúce úpravu zvierat (smú pokračovať na zaistenie blahobytu zvierat'a, nie za účelom úpravy jeho vzhľadu)
- predajne s poľnohospodárskymi doplnkami
- predajne na podporu mobility a zdravotného postihnutia
- služby na úschovu a distribúciu
- parkoviská, verejné toalety a diaľničné služby
- vonkajšie detské ihriská
- vonkajšie priestory botanických záhrad a národných pamiatok za účelom cvičenia
- miesta bohoslužieb
- krematóriá a cintoríny

Zdravotníctvo and verejné služby

Štátne zdravotníctvo a zdravotné služby ostávajú otvorené, vrátane:

- zubných lekárov,
- optiky,
- sluchových služieb,
- podológie,
- chiropraktikov,
- osteopatie,
- iných lekárskech alebo zdravotných služieb, vrátane služieb týkajúcich sa duševného zdravia

Podporujeme štátne zdravotníctvo v bezpečnom vykonávaní urgentných aj menej urgentných služieb, a je nesmierne dôležité, aby sa ktokoľvek, kto si myslí, že potrebuje zdravotnú starostlivosť, obrátil o pomoc.

Väčšina verejných služieb bude pokračovať a budete môcť opustiť bydlisko za účelom ich využitia. Toto zahŕňa:

- Lokality Jobcentre Plus
- súdy a probačné služby
- úrady na civilné sobáše
- pasové a vízové oddelenia
- služby na pomoc obetiam
- odpadové a recyklačné centrá
- možnosť prihlásiť sa na STK, ak potrebujete autom opustiť bydlisko z dôvodov povolených zákonom