

Wytyczne

Nowe restrykcje krajowe obowiązujące od 5 listopada

Informacje dotyczące nowych restrykcji krajowych, w tym przybliżenie ich konsekwencji dla pracy zdalnej i zamknięć podmiotów gospodarczych, powodów wprowadzania restrykcji i dostępnej pomocy finansowej.

Opublikowano 31 października 2020 r.

Ostatnia aktualizacja 3 listopada 2020 r. — [zobacz wszystkie aktualizacje](#)

Autorzy:

[Urząd Rady Ministrów](#)

Terytorium objęte restrykcjami:

Anglia

Treść

Nowe restrykcje krajowe obowiązujące od 5 listopada

1. Zostań w domu
2. Bezpieczne spotkanie się z innymi osobami

3. Warunki spotykania się z innymi osobami w większych grupach
4. Podmioty prowadzące działalność gospodarczą i obiekty spotkań
5. Śluby wyznaniowe, śluby cywilne i pogrzeby
6. Dojazd do pracy
7. Edukacja, szkoły i uczelnie wyższe
8. Opieka nad dziećmi i zajęcia dla dzieci
9. Ochrona osób objętych większym ryzykiem zarażenia koronawirusem
10. Wizyty u krewnych w domach opieki
11. Podróże
12. Nocowanie poza miejscem zamieszkania
13. Zmiana miejsca zamieszkania
14. Wsparcie finansowe

[Wydrukuj tę stronę](#)

Pamiętaj – „Ręce. Twarz. Dystans.”:

- ręce – regularnie myj ręce co najmniej przez 20 sekund
- twarz – noś osłonę nosa i ust w pomieszczeniach, w których zachowanie dystansu społecznego może być utrudnione i w których możesz wejść w kontakt z osobami, z którymi na co dzień się nie spotykasz
- dystans – zachowuj 2-metrową odległość od osób, z którymi nie mieszkasz (jeśli to możliwe), lub 1-metrową (jeśli stosujesz równocześnie inne środki ochronne, np. osłonę nosa i ust lub jeśli pomieszczenie jest intensywniej wentylowane)

Nowe restrykcje krajowe obowiązujące od 5 listopada

Dotyczy terytorium: Anglii (patrz wytyczne dla [Walii](#), [Szkocji](#) i [Irlandii Północnej](#))

Zarówno w Wielkiej Brytanii jak i w innych krajach, liczba przypadków zachorowań na COVID-19 gwałtownie wzrasta. Aby ograniczyć rozprzestrzenianie się wirusa, musimy działać już dziś. Najważniejszą czynnością, jaką każdy z nas może wykonać w celu zwalczania koronawirusa jest podporządkowanie się zaleceni pozostania w domu, aby chronić wydolność systemu państwowej służby zdrowia i życie innych ludzi.

Ograniczając nasze codzienne kontakty z innymi osobami, ograniczamy tym samym intensywność transmisji koronawirusa. To dlatego od czwartku, 5 listopada, do środy, 2 grudnia, musisz:

1. pozostawać w domu (poza koniecznością opuszczania go w ściśle określonych celach)
2. unikać spotykania się z osobami, z którymi nie mieszkasz (poza ściśle określonymi sytuacjami)
3. zawiesić prowadzenie działalności pewnych podmiotów gospodarczych i obiektów organizujących spotkania masowe.

Te nowe środki zaradcze obniżą wskaźnik transmisji wirusa, co z kolei:

- zapobiegnie przeciążeniu systemu państwowej służby zdrowia (NHS)
- zapobiegnie konieczności zamykania szkół i uczelni wyższych
- pozwoli na dalsze wykonywanie pracy jak największej liczbie osób.

Do godziny 00:01 w czwartek 5, listopada, na obszarze Twojego miejsca zamieszkania nadal będą obowiązywały odpowiednie działania zaradcze ustalone dla [lokalnego poziomu alertu Covid](#). Od godziny 00:01 w

czwartek, 5 listopada, opisane w niniejszym dokumencie restrykcje krajowe zastąpią restrykcje obowiązujące lokalnie na obszarze Twojego miejsca zamieszkania.

Te nowe środki zaradcze będą obowiązywały w całym kraju przez okres 4 tygodni, do środy 2 grudnia. Po upływie tego okresu powrócimy do określania restrykcji dla poszczególnych regionów, zależnie od kształtu najnowszych danych epidemiologicznych.

Omawiane środki zaradcze zostaną wdrożone na mocy [rozporządzeń prawnych](#). Policja oraz inne organy egzekwowania prawa będą dysponowały uprawnieniami do nakładania mandatów oraz przerywania nielegalnych zgromadzeń.

Możesz pomóc chronić swoich przyjaciół i członków rodziny poprzez pobranie aplikacji [NHS COVID-19](#), aby być na bieżąco z najnowszymi wytycznymi obowiązującymi od czwartku, 5 listopada.

Opracowano także oddzielne wytyczne dla [gospodarstw domowych, których członkowie są potencjalnie zarażeni koronawirusem, lub u których takie zarażenie zostało potwierdzone przez lekarza.](#)

1. Zostań w domu

Nie należy wychodzić z domu ani przebywać poza nim, z wyjątkiem ściśle określonych sytuacji. Należą do nich:

Praca i wolontariat

Możesz wyjść z domu w celach zawodowych oraz w celu świadczenia usług charytatywnych lub wolontariatu, jeśli nie możesz wykonywać ich z domu.

Niezbędne czynności

Możesz wyjść z domu, aby kupić niezbędne produkty w czynnych sklepach, na przykład żywność lub lekarstwa, aby odebrać zakupy – w tym żywność lub napoje – zamówione za pomocą systemu click-and-collect lub na wynos, w celu odebrania lub zdeponowania pieniędzy oraz uzyskania dostępu do ważnych usług publicznych (patrz poniższa sekcja).

Wypełnianie zobowiązań prawnych

Możesz również wyjść z domu w celu wypełnienia zobowiązań prawnych lub wykonania czynności związanych z zakupem, sprzedażą, najmem lub wynajmem nieruchomości.

Edukacja i opieka nad dziećmi

Możesz wyjść z domu w związku z zajęciami o charakterze edukacyjnym (raczej zajęcia obowiązkowe niż pozalekcyjne, jak np. prywatne lekcje muzyczne czy teatralne), szkoleniami, profesjonalną opieką nad dziećmi lub zajęciami dla dzieci niezbędnymi do tego, aby rodzice/opiekunowie mogli pracować, aby poszukiwać zatrudnienia, podejmować naukę lub odbywać szkolenia. Rodzice nadal mogą odprowadzać swoje dzieci do szkoły; mogą być również kontynuowane trwające już kontakty pomiędzy rodzicami a dziećmi, jeśli osoby te mieszkają oddzielnie.

Spotkanie się z innymi osobami i opieka nad nimi

Możesz wyjść z domu, aby odwiedzić osoby wchodzące w skład twojej [sieci wsparcia](#) lub sprawować nieformalną opiekę nad dziećmi poniżej 13 roku życia, w ramach sieci utworzonej w celu zapewniania opieki dzieciom, aby opiekować się osobami wymagającymi szczególnej troski,

zapewnić pomoc w sytuacjach nagłych, uczestniczyć w zajęciach grup wsparcia (do 15 osób), lub aby skorzystać z krótkoterminowej opieki zastępczej. Dozwolone jest również uprawianie aktywności fizycznej na świeżym powietrzu lub odwiedzanie publicznych przestrzeni otwartych (patrz sekcja 3).

Względy zdrowotne, obrażenia i wizyty z powodów osobistych

Możesz wyjść z domu z dowolnego powodu uzasadnionego względami medycznymi, na przykład w celu wykonania testu na COVID-19, stawienia się na zaplanowaną/nagłą wizytę, odwiedzin u rodzącej matki lub osoby umierającej, uniknięcia ryzyka odniesienia obrażeń lub doznania krzywdy (np. w wyniku przemocy domowej), odwiedzin u osób przebywających w domu opieki (jeśli zezwala na to regulamin danej placówki), w hospicjum, szpitalu, aby towarzyszyć im podczas wizyty u lekarza, lub też w celu udania się z wizytą do weterynarza (lub innego ośrodka opieki nad zwierzętami).

Uroczystości i imprezy

Możesz wyjść z domu, aby udać się do miejsca sprawowania kultu religijnego celem uczestniczenia w indywidualnej modlitwie, pogrzebie lub innej uroczystości na cześć zmarłej osoby, odwiedzić cmentarz lub miejsce pamięci narodowej, a także w celu wzięcia udziału w ceremonii zaślubin na łożu śmierci. Pełną listę dozwolonych czynności można znaleźć w [stosownych regulacjach prawnych](#).

2. Bezpieczne spotykanie się z innymi osobami

Generalnie rzecz biorąc, nie wolno spotykać się z innymi osobami w celach towarzyskich. Można jednak uprawiać aktywność fizyczną lub

spotykać się w otwartej przestrzeni publicznej z osobami zamieszkującymi to samo gospodarstwo domowe, wchodzącymi w skład Twojej [sieci wsparcia](#) (lub które stanowią część sieci utworzonej w celu sprawowania opieki nad dziećmi), lub z jedną osobą spoza tych grup. Należy ograniczać czas spędzany poza domem. Gdy znajdujesz się w pobliżu innych, utrzymuj 2-metrową odległość od osób niewchodzących w skład Twojego gospodarstwa domowego (z którymi wspólnie zamieszkujesz), lub w skład twojej sieci wsparcia. Jeśli nie jest to możliwe, utrzymuj 1-metrowy odstęp, jednocześnie stosując dodatkowe środki ochrony (np. osłonę nosa i [ust](#)).

W pomieszczeniach zamkniętych nie wolno spotykać się w celach towarzyskich z członkami rodziny i znajomymi, jeśli osoby te nie wchodzą w skład Twojego gospodarstwa domowego lub sieci wsparcia.

Mianem [sieci wsparcia](#) określamy sytuację, w której gospodarstwo domowe składające się tylko z jednej osoby dorosłej łączy się z innym gospodarstwem domowym. Członkowie gospodarstw domowych wchodzących w skład takiej sieci wsparcia mogą wzajemnie się odwiedzać, nocować w swoich domach oraz wspólnie odwiedzać miejsca użyteczności publicznej na świeżym powietrzu.

Możesz uprawiać aktywność fizyczną lub odwiedzać miejsca użyteczności publicznej na świeżym powietrzu wspólnie z:

- osobami, z którymi zamieszkujesz
- osobami wchodzącymi w skład twojej sieci wsparcia
- jedną osobą nienależącą do twojego gospodarstwa domowego (jeśli czynisz to samodzielnie). Dzieci do lat 5, a także osoby niepełnosprawne wymagające całodobowej opieki, nie są wliczane do limitu dwóch osób spotykających się na zewnątrz

Opracowano dalsze wytyczne dotyczące tego, jakie ćwiczenia i inne aktywności fizyczne mogą być kontynuowane w okresie obowiązywania restrykcji krajowych.

Definicja miejsca użyteczności publicznej na świeżym powietrzu obejmuje:

- ulice dzielnic mieszkalnych, parki, plaże i tereny pozamiejskie
- miejskie ogrody i place (niezależnie od tego, czy wstęp na nie jest darmowy czy płatny)
- ogródki działkowe
- place zabaw na świeżym powietrzu

Nie możesz spotykać się z innymi osobami w prywatnym ogrodzie, chyba że osoby te zamieszkują wraz z tobą lub wchodzi w skład twojej sieci wsparcia.

[Osłony nosa i ust](#) należy zgodnie z prawem stosować w wielu pomieszczeniach zamkniętych, takich jak sklepy lub miejsca sprawowania kultu religijnego oraz w środkach komunikacji publicznej.

3. Warunki spotykania się z innymi osobami w większych grupach

Nadal istnieją okoliczności, w których możesz spotykać się w większych grupach z innymi osobami spoza twojego gospodarstwa domowego lub sieci wsparcia, jednak cel tych spotkań nie powinien mieć charakteru towarzyskiego. Pełna lista tych okoliczności i warunków została podana w [uregulowaniach prawnych](#).

- Główne okoliczności uzasadniające możliwość organizowania spotkań w większych grupach to praca, wolontariat lub działalność charytatywna oraz obowiązkowa edukacja i szkolenia (w odróżnieniu do zajęć pozalekcyjnych). Obejmuje to także konieczność wywiązania się z obowiązków nakładanych przez prawo. Mogą one również rozciągać się na konieczność wykonywania pracy w domach innych osób – na przykład przez opiekunki do dzieci, osoby sprzątające lub przeprowadzające remonty/naprawy. W sytuacji, w której spotkanie służbowe nie musi odbywać się w prywatnym domu lub ogrodzie, nie powinno być w tych miejscach organizowane. Na przykład – mimo, iż spotkanie z trenerem personalnym w tych miejscach nie jest zakazane, należy zaplanować je w miejscu użyteczności publicznej na świeżym powietrzu.
- Zajęcia grup wsparcia, które muszą być realizowane z osobistym udziałem ich uczestników, nadal można prowadzić nie przekraczając liczby 15 uczestników (jeśli ich organizacja ma charakter obowiązkowy), w celu zapewniania wzajemnej pomocy, terapii lub jakiegokolwiek innej formy wsparcia. Obejmuje to między innymi udzielanie wsparcia ofiarom przestępstw, osobom przechodzącym terapię odwykową od środków odurzających i alkoholu, młodym rodzicom i opiekunom, osobom z chorobami przewlekłymi, osobom borykającymi się z problemami związanymi z ich seksualnością lub płcią, osobom dotkniętym utratą bliskich oraz młodym osobom narażonym na zagrożenia (w celu nawiązania znajomości z pracownikami specjalizującymi się w udzielaniu pomocy młodzieży).
- Grupy zajęciowe dla rodziców i dzieci mogą być kontynuowane, jeśli zapewniają wsparcie rodzicom i/lub dzieciom. Dzieci poniżej 5 roku życia nie będą wliczane do limitu 15 osób – co oznacza, że rodzice i opiekunowie mogą uczestniczyć w zajęciach takich grup w większej liczbie.

- Pogrzeby i niektóre ceremonie ślubne mogą nadal być organizowane, zgonie z poniższym opisem.

4. Podmioty prowadzące działalność gospodarczą i obiekty spotkań

Podmioty prowadzące działalność gospodarczą i obiekty spotkań muszą zawiesić swoją działalność

Aby ograniczyć poziom kontaktów społecznych, rząd nakazał niektórym podmiotom gospodarczym i obiektom organizującym spotkania masowe zawieszenie działalności lub ograniczenie zakresu świadczonych usług i sprzedawanych towarów. Należą do nich:

- Podmioty zajmujące się sprzedażą detaliczną produktów niebędących produktami pierwszej potrzeby, takie jak: sklepy z odzieżą i sprzętem domowym, salony samochodowe (inne niż wypożyczalnie pojazdów), punkty bukmacherskie, warsztaty krawieckie, sklepy oferujące produkty tytoniowe i przeznaczone do papierosów elektronicznych, sklepy z artykułami elektronicznymi i telefonami komórkowymi oraz stragany sprzedające towary niebędące towarami pierwszej potrzeby. Obiekty te mogą kontynuować działalność w trybie click-and-collect (w ramach której towary są zamawiane i odbierane poza lokalizacją obiektu) oraz dostawy do klienta
- Miejsca obsługi turystów i gości, takie jak kawiarnie, restauracje, puby, bary i kluby towarzyskie; z wyjątkiem tych, dostarczających posiłki i napoje na wynos (przed godziną 22:00; bez alkoholu), w trybie click-and-collect, drive-through lub dostarczające je bezpośrednio do klienta

- Obiekty oferujące zakwaterowanie, takie jak hotele, hostele, pensjonaty i pola namiotowe. Z wyjątkiem szczególnych okoliczności, na przykład, gdy pełnią one funkcję głównego miejsca zamieszkania dla danej osoby (w sytuacji, gdy osoba ta nie może powrócić do domu), dla osób bezdomnych, lub gdy zakwaterowane w nich osoby muszą w nich pozostawać w celach zawodowych
- Obiekty rekreacyjne i sportowe, takie jak centra rekreacyjne i siłownie, baseny, korty tenisowe i boiska do koszykówki, pola golfowe, studia taneczne i zajęcia fitness, ścianki wspinaczkowe, tory łucznicze, tory samochodowe i strzelnice
- Miejsca rozrywki, takie jak teatry, sale koncertowe, kina, muzea i galerie, kasyna, salony rozrywki, sale do gry w bingo, kręgielnie, lodowiska, tory kartingowe, bawialnie dla dzieci, cyrki, wesołe miasteczka, ogrody zoologiczne i inne atrakcje z udziałem zwierząt, parki wodne, parki rozrywki. Atrakcje pod dachem zlokalizowane w ogrodach botanicznych, miejscach dziedzictwa kulturowego i zabytkach również muszą być zamknięte, chociaż tereny znajdujące się na zewnątrz tych obiektów mogą pozostać czynne dla odwiedzających
- Obiekty świadczące usługi pielęgnacji urody, takie jak salony fryzjerskie, salony kosmetyczne, solaria i studia pielęgnacji paznokci. Salony tatuażu, salony spa, gabinety masażu, usługi piercingu ciała i skóry również muszą zostać zamknięte. Zabrania się również świadczenia tych usług w domach innych osób
- Ośrodki i domy kultury muszą zostać zamknięte z wyjątkiem tych, w których organizowana jest ograniczona liczba zwolnionych z tego nakazu zajęć, jak określono poniżej. Biblioteki mogą również pozostawać otwarte, aby zapewnić dostęp do usług informatycznych i cyfrowych – na przykład dla osób, które nie dysponują sprzętem komputerowym w domu oraz w celu świadczenia usług w trybie click-and-collect

- Miejsca kultu religijnego będą czynne wyłącznie na potrzeby indywidualnej modlitwy, transmisji nabożeństw bądź ceremonii pogrzebowych

Następujące podmioty gospodarcze i obiekty będą również mogły pozostać otwarte w celu realizacji niewielkiej liczby zwolnionych czynności z zakresu:

- edukacji i szkoleń (w tym korzystanie przez szkoły obiektów sportowych i rekreacyjnych, jeżeli zakłada to ich normalny program zajęć)
- opieki nad dziećmi i nadzorowanych zajęć przeznaczonych dla dzieci
- krwiodawstwa i funkcjonowania banków żywności
- świadczenia usług medycznych
- zajęć przeznaczonych dla czołowych sportowców (w obiektach zewnętrznych i wewnętrznych), profesjonalnych tancerzy i choreografów (w studiach tanecznych i zajęć fitness)
- ćwiczeń i prób bez widowni (w teatrach i salach koncertowych)
- na potrzeby profesjonalnej realizacji filmowej i telewizyjnej

Podmioty gospodarcze i obiekty, które mogą pozostać otwarte

Otwarte mogą pozostawać także inne podmioty gospodarcze, zgodnie z wytycznymi COVID-19 Secure. Należą do nich podmioty zajmujące się świadczeniem niezbędnych usług i towarów, między innymi:

- Punkty sprzedaży detalicznej oferujące niezbędne produkty, takie jak sklepy spożywcze, supermarkety, apteki, centra ogrodnicze,

sklepy z artykułami żelaznymi, supermarkety budowlane i sklepy nieprowadzące sprzedaży alkoholu.

- Stacje benzynowe, warsztaty naprawcze pojazdów i stacje diagnostyczne, sklepy rowerowe oraz przedsiębiorstwa taksówkowe i wypożyczalnie pojazdów.
- Banki, towarzystwa budowlane, poczty, pożyczkodawcy i podmioty zajmujące się transferami pieniężnymi
- Zakłady pogrzebowe
- Pralnie chemiczne
- Usługi medyczne i stomatologiczne
- Gabinety weterynaryjne i sklepy zoologiczne
- Sklepy z artykułami rolniczymi
- Obiekty magazynowe i dystrybucyjne
- Parkingi, toalety publiczne i miejsca obsługi podróżnych przy autostradach
- Zewnętrzne place zabaw

Instytucje publiczne

Większość instytucji świadczących usługi publiczne będzie kontynuowała pracę. Wyjście z domu w celu załatwienia w nich sprawy będzie dozwolone prawem. Należą do nich:

- placówki służby zdrowia (NHS) i świadczące usługi medyczne, takie jak przychodnie podstawowej opieki zdrowotnej i gabinety stomatologiczne. Wspieramy placówki NHS w bezpiecznym wykonywaniu usług o doraźnym/niedoraźnym charakterze, przy czym każda osoba wymagająca opieki medycznej, musi koniecznie zgłosić to tym placówkom i poprosić o pomoc
- Urzędy pracy Jobcentre Plus
- Sądy i usługi kuratorskie

- Urzędy stanu cywilnego
- Urzędy paszportowe i wizowe
- Usługi świadczone ofiarom
- Wysypiska śmieci lub zakłady recyklingu

5. Śluby wyznaniowe, śluby cywilne i pogrzeby

W pogrzebach może uczestniczyć maksymalnie 30 osób. Powiązane uroczystości, takie jak ceremonia ustawiania kamieni czy rozsypywanie popiołu, również można organizować przy udziale maksymalnie 15 osób. Osoby wykonujące pracę nie są wliczane do limitu 15 lub 30 osób. Należy zachować dystans społeczny pomiędzy osobami, które nie mieszkają razem lub nie wchodzą w skład tej samej sieci wsparcia.

Organizacja ślubów wyznaniowych i cywilnych nie będzie dozwolona z wyjątkiem sytuacji, w których jedna z osób zamierzających wejść w związek małżeński jest poważnie chora i zakłada się, iż jej stan nie ulegnie poprawie („zaślubiny na łożu śmierci”). Liczba uczestników tych ceremonii jest ograniczona do 6 osób.

6. Dojazd do pracy

Aby ograniczyć rozprzestrzenianie się koronawirusa, każda osoba, która może w sposób wydajny pracować z lokalizacji zdalnej (z domu), powinna przejść na taki tryb pracy. Jeśli nie jest to możliwe – np. w przypadku osób pracujących w miejscach stanowiących element kluczowej infrastruktury państwowej, w branży budowlanej lub produkcyjnej – dozwolone jest przemieszczanie się w celu dotarcia do miejsca pracy. Przestrzeganie tego zalecenia ma kluczowe znaczenie w procesie utrzymania funkcjonowania państwa i zapewnienia wsparcia odpowiednim branżom i pracownikom.

Pracownicy sektora publicznego pracujący w instytucjach świadczących niezbędne usługi, np. opieki nad dziećmi lub edukacji, powinni nadal fizycznie stawiać się na swoich stanowiskach pracy.

Jeśli wykonywanie pracy w domach innych osób jest konieczne – na przykład przez opiekunki do dzieci, osoby sprzątające lub wykonujące remonty/naprawy, jest to prawnie dozwolone.

Ryzyko transmisji koronawirusa może być znacząco obniżone dzięki ścisłemu przestrzeganiu wytycznych [COVID-19-secure](#). Szczególną uwagę należy zwrócić na osoby z grupy podwyższonego ryzyka.

7. Edukacja, szkoły i uczelnie wyższe

Szkoły i uczelnie wyższe pozostają otwarte. Rząd będzie nadal priorytetowo traktował dobrostan i długoterminową przyszłość młodych obywateli naszego kraju i nie będzie zamykał kluczowych obiektów edukacyjnych, w tym placówek nauczania wczesnoszkolnego, szkół, uczelni wyższych i ośrodków szkolenia zawodowego. Obecność dzieci i młodzieży na zajęciach prowadzonych przez te placówki pozostaje bardzo istotna dla wspierania ich dobrostanu i potrzeb edukacyjnych oraz zapewnienia pomocy pracującym rodzicom i opiekunom. Doświadczeni specjaliści są nadal przekonani, iż szkoły są najlepszym miejscem dla dzieci, dlatego dzieci powinny kontynuować uczęszczanie do tych placówek. Placówki szkolne wdrożyły szereg środków ochronnych, czyniących z nich bezpieczne miejsca do nauki. Uczniowie realizujący obowiązek szkolny w trybie edukacji domowej nadal dysponują dostępem do zajęć szkoleniowych i edukacyjnych w swoich środowiskach lokalnych, jeśli są one konieczne do tego, aby mogli korzystać z odpowiedniej oferty zajęć edukacyjnych w pełnym wymiarze godzin.

Rząd jasno stwierdził, że przewidziane na lato następnego roku egzaminy zostaną przeprowadzone, ponieważ są one najuczciwszym i najdokładniejszym sposobem oceny postępów w nauce. Stąd też konieczne jest utrzymanie otwartych placówek szkolnych i uczelni wyższych, aby uczniowie mogli przygotowywać się w nich do egzaminów, kolejnych etapów edukacji lub podjęcia zatrudnienia. Uczniowie mają teraz więcej czasu na przygotowywanie się do przyszłorocznych egzaminów, ponieważ większość egzaminów na poziomie AS, A i GCSE zostanie przeprowadzona z 3 tygodniowym opóźnieniem, co ma na celu załagodzenie zakłóceń normalnego toku nauczania wywołanych pandemią.

Uczelnie wyższe zostały ponownie otwarte do dyspozycji studentów, a my [opublikowaliśmy wytyczne w tym zakresie](#), aby placówki te wdrożyły środki bezpieczeństwa służące zminimalizowaniu rozprzestrzeniania się wirusa. Uczelnie wyższe i placówki edukacyjne dla dorosłych powinny rozważyć przejście na wyższe poziomy nauczania online w przypadkach, w których będzie to możliwe.

Zatwierdza się obowiązywanie dalszych ograniczeń:

- Jeśli mieszkasz na terenie kampusu akademickiego, nie wolno Ci regularnie przemieszczać się pomiędzy twoim stałym miejscem zamieszkania (twoim domem), a akademikiem podczas przerw pomiędzy semestrami roku akademickiego. Możesz powrócić do domu jedynie po zakończeniu semestru akademickiego. Wkrótce opublikujemy dalsze wytyczne na temat sposobu bezpiecznego powrotu studentów do domu po zakończeniu semestru akademickiego.
- Nie należy prowadzić szkoleń nieprzewidzianych w harmonogramie obowiązkowych zajęć akademickich, na przykład organizowanych w ramach klubów. Mogą być kontynuowane

zorganizowane zajęcia dla dzieci, w przypadku, gdy pełnią one funkcję zajęć opiekuńczych dla dzieci rodziców pracujących.

8. Opieka nad dziećmi i zajęcia dla dzieci

Istnieje kilka sposobów, na które rodzice i opiekunowie mogą nadal korzystać z usług opieki nad dziećmi w okresie obowiązywania restrykcji o zasięgu ogólnokrajowym.

- Placówki opieki wczesnoszkolnej i opieki nad najmłodszymi dziećmi pozostają czynne – dozwolone jest korzystanie z tych placówek jak dotychczas.
- Możliwe jest także korzystanie z innych form aktywności dla dzieci (w tym opieki kompleksowej dla dzieci pracujących rodziców), jeśli jest to uzasadnione koniecznością wykonywania pracy przez rodziców, poszukiwania przez nich zatrudnienia, uczęszczania na zajęcia edukacyjne lub szkoleniowe lub w celu uzyskania krótkoterminowej opieki zastępczej przez opiekunów.
- Osoby zawodowo zajmujące się opieką nad dziećmi nadal będą mogły świadczyć swoje usługi, także z domu.
- Rodzice mogą stworzyć sieć opiekuńczą z innym pojedynczym gospodarstwem domowym w celu sprawowania nieformalnej opieki nad dziećmi, jeśli dziecko nie przekracza 13 roku życia.
- Część gospodarstw domowych będzie także mogła wejść w skład tzw. [sieci wsparcia](#), w ramach której gospodarstwo domowe tworzone przez tylko jedną osobę dorosłą może połączyć się z innym gospodarstwem domowym

Czynne będą także niektóre usługi przeznaczone dla młodzieży, takie jak zajęcia indywidualne z osobami młodymi oraz grupy wsparcia, jednak

większość klubów i grup młodzieżowych będzie musiała na ten czas zawiesić działalność.

9. Ochrona osób objętych większym ryzykiem zarażenia koronawirusem

Jeśli masz powyżej 60 lat lub masz problemy zdrowotne, możesz należeć do grupy osób bardziej narażonych na ciężki przebieg choroby wywołanej koronawirusem. Osoby takie:

- powinny szczególnie pamiętać o konieczności przestrzegania zasad i minimalizowaniu kontaktów z innymi
- powinny nadal dokładnie i częściej niż zwykle myć ręce oraz dokładnie czyścić często dotykane powierzchnie w domu i/lub miejscu pracy

Osoby podatne na choroby to osoby:

- w wieku 70 lat lub więcej (bez względu na stan zdrowia)
- będące poniżej 70 roku życia, lecz cierpiące na chorobę współistniejącą, wymienioną poniżej (każda osoba, wobec której zaleca się coroczne przyjmowanie szczepionki przeciwko grypie ze względów medycznych):
 - przewlekłe (długotrwałe) choroby układu oddechowego o przebiegu łagodnym do umiarkowanego, takie jak: astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP), rozedma płuc lub zapalenie oskrzeli
 - przewlekła choroba serca, taka jak niewydolność serca
 - przewlekła choroba nerek
 - przewlekła choroba wątroby, taka jak zapalenie wątroby

- przewlekłe stany neurologiczne, takie jak choroba Parkinsona, choroba neuronu ruchowego, stwardnienie rozsiane (SM) lub porażenie mózgowe
- cukrzyca
- osłabiony układ odpornościowy na skutek schorzeń lub przyjmowanych leków (takich jak tabletki steroidowe)
- znaczna nadwaga (wskaźnik masy ciała (BMI) 40 lub więcej)
- ciąża

Istnieje jeszcze jedna grupa osób określana ze względów medycznych jako [wyjątkowo podatna](#) na zarażenie koronawirusem: są to osoby cierpiące na konkretne poważne schorzenia. Osobom szczególnie narażonym radzimy w tym okresie pracować z domu. Jeśli nie możesz pracować w domu, odradzamy pójście do pracy. Może Ci przysługiwać ustawowy zasiłek chorobowy (SSP) lub zasiłek dla osób niepracujących (ESA). Zachęcamy do możliwie najdłuższego i najczęstszego pozostawania w domu i wychodzenia na zewnątrz w celu utrzymania aktywności fizycznej. Dostępne są [szczegółowe wytyczne](#) w tym zakresie, a instytucje rządowe skierują do każdej osoby wyjątkowo podatnej na zachorowanie pismo, w którym przedstawią szczegółowe porady w okresie obowiązywania nowych restrykcji.

10. Wizyty u krewnych w domach opieki

Wytyczne dotyczące wizyt w domach opieki zostaną opublikowane przed wzmiankowanym czwartkiem. Na chwilę obecną, [należy przestrzegać aktualnie obowiązujących wytycznych](#).

11. Podróże

Jeśli mieszkasz w Anglii, nie możesz podróżować za granicę ani przemieszczać się w granicach Wielkiej Brytanii, o ile nie będzie to umotywowane potrzebą wykonywania pracy, udziałem w zajęciach edukacyjnych lub innymi prawnie dozwolonymi względami. Należy dążyć do ograniczenia liczby odbywanych podróży. Dozwolone jest jednak (i zalecane) przemieszczanie się z kilku powodów, w tym:

- koniecznością dojeżdżania do miejsca pracy, której nie można wykonywać w trybie zdalnym
- koniecznością dojeżdżania w miejsca organizacji zajęć edukacyjnych i realizacji obowiązków opiekuńczych
- w celu odwiedzin osób wchodzących w skład twojej sieci wsparcia lub sieci utworzonej w celach sprawowania opieki nad dziećmi
- w celu stawienia się w szpitalu, u lekarza pierwszego kontaktu lub na inne wizyty lekarskie, jeśli jesteś ofiarą wypadku lub martwisz się swoim stanem zdrowia
- w celu zakupu towarów lub skorzystania z usług czynnych instytucji, w tym punktów oferujących produkty pierwszej potrzeby
- w celu spędzenia czasu na świeżym powietrzu lub zażycia aktywności ruchowej – w miarę możliwości powinno się to odbywać lokalnie, jednak dozwolone jest przemieszczanie się w tym celu (na przykład po to, aby znaleźć się w przestrzeni otwartej)
- w celu zapewnienia opieki i aktywności fizycznej zwierzęciu lub skorzystania z usług gabinetu weterynaryjnego

W przypadku konieczności odbycia podróży zachęcamy do skorzystania z roweru lub pieszego pokonywania odległości (jeśli to możliwe), oraz do planowania z wyprzedzeniem i unikania podróżowania w godzinach

szczytu oraz zatłoczonych tras w transporcie publicznym. Pozwoli to na zachowanie dystansu społecznego podczas podróży.

Nie należy podróżować, jeśli doświadczasz jakichkolwiek objawów koronawirusa, jesteś w trakcie samoizolacji w wyniku tychże objawów, współdzielisz gospodarstwo domowe lub sieć wsparcia z osobą, u której wystąpiły objawy koronawirusa lub jeśli pracownik zespołu NHS Test and Trace nakazał Ci pozostawanie w samoizolacji. Wysokość grzywny za naruszenie zasad samoizolacji zaczyna się od kwoty 1000 GBP. Kwota ta może wzrosnąć do 10 000 GBP wobec osób dopuszczających się kolejnych wykroczeń bądź wykroczeń o najpoważniejszym charakterze, w tym takich, które uniemożliwiają innym poddanie się samoizolacji.

Jeśli musisz korzystać z transportu publicznego, na przykład żeby dojechać do pracy, przestrzegaj [wytycznych dotyczących odbywania bezpiecznej podróży](#). Obejmują one zasady dotyczące osłony nosa i ust oraz [porady dotyczące podróżowania samochodem z innymi osobami](#).

Osoby planujące podróż do Anglii powinny zapoznać się z aktualną [listą korytarzy podróżnych](#), aby sprawdzić, czy powinny poddać się 14-dniowej kwarantannie po przyjeździe. Brak konieczności poddania się kwarantannie nie oznacza zwolnienia z obowiązku podporządkowania się niniejszym ograniczeniom. Jeśli musisz wyjechać za granicę Anglii przed dniem 2 grudnia (i jeśli podróż taka jest dozwolona prawnie, na przykład umotywowana względami zawodowymi), nawet jeśli cel twojej podróży znajduje się w odwiedzanym uprzednio kraju, zapoznaj się z zasadami obowiązującymi w docelowym miejscu podróży oraz z poradami dotyczącymi podróżowania opracowanymi przez [Foreign, Commonwealth and Development Office \(FCDO\)](#).

Mieszkańcy Wielkiej Brytanii przebywający obecnie za granicą nie mają obowiązku natychmiastowego powrotu do kraju. Należy jednak

skontaktować się z linią lotniczą lub organizatorem podróży w sprawie uzgodnień dotyczących powrotu do kraju.

12. Nocowanie poza miejscem zamieszkania

Nocowanie i pobyty urlopowe poza głównym miejscem zamieszkania nie będą dozwolone – zarówno wakacje na terenie Wielkiej Brytanii jak i poza granicami kraju. Obejmuje to pobyt w drugim domu lub przyczepie kempingowej (jeśli jesteś ich właścicielem), lub zatrzymanie się w domu osoby, z którą nie mieszkasz lub z którą nie tworzysz sieci wsparcia.

Możesz zatrzymać się poza domem, jeśli:

- nie jesteś w stanie powrócić do swojego głównego miejsca zamieszkania
- musisz skorzystać z zakwaterowania tymczasowego podczas trwającej przeprowadzki do nowego domu
- potrzebujesz zakwaterowania tymczasowego, by móc uczestniczyć w ceremonii pogrzebowej lub innej tego typu uroczystości
- potrzebujesz zakwaterowania tymczasowego w związku z obowiązkami zawodowymi lub wolontariatem
- jesteś dzieckiem potrzebującym zakwaterowania tymczasowego, celem uczęszczania do szkoły lub na zajęcia opiekuńcze
- jesteś osobą bezdomną, starającą się o azyl lub pozostającą w trudnej sytuacji i szukającą schronienia
- jesteś czołowym sportowcem lub należysz do personelu pomocniczego takiego sportowca lub jesteś jego rodzicem (jeśli sportowiec jest w wieku poniżej 18 lat)

Jeśli w chwili wprowadzenia restrykcji krajowych przebywałeś już na wyjeździe urlopowym, musisz jak najszybciej wrócić do domu, pamiętając jednak o wymaganiach dotyczących obowiązku przebywania w domu podczas pobytu w twoim zakwaterowaniu tymczasowym.

Podmioty świadczące usługi zakwaterowania gościnnego, takie jak hotele, pensjonaty i pola dla przyczep kempingowych, mogą pozostawać otwarte z określonych powodów wskazanych prawem, obejmujących przypadki, w których goście nie mogą powrócić do swojego głównego miejsca zamieszkania, używają tego zakwaterowania jako głównego miejsca zamieszkania lub jeśli w wyniku zamknięcia tego zakwaterowania osoby w nim przebywające utraciłyby dach nad głową. Osoby oferujące zakwaterowanie zachęca się również do współpracy z władzami lokalnymi w okresie obowiązywania restrykcji krajowych w celu zapewnienia zakwaterowania grupom osób szczególnie narażonych, w tym osobom bezdomnym.

13. Zmiana miejsca zamieszkania

Nadal dozwolone są przeprowadzki do innych nieruchomości. Osoby niezamieszkujące twojego gospodarstwa domowego lub niewchodzące w skład twojej [sieci wsparcia](#) nie powinny pomagać w przeprowadzce do nowej nieruchomości, o ile nie będzie to absolutnie konieczne.

Agenci pośrednictwa nieruchomości oraz firmy zajmujące się przeprowadzkami mogą nadal pracować, zaś osoby planujące przeprowadzkę mogą kontynuować oglądanie nowych nieruchomości.

Postępuj zgodnie z [krajowymi wytycznymi w zakresie bezpiecznej przeprowadzki do nowej nieruchomości](#), obejmujące porady dotyczące zachowania dystansu społecznego oraz [noszenia osłony nosa i ust](#).

14. Wsparcie finansowe

Pracownicy całej Wielkiej Brytanii mogą zachować swoje stanowisko pracy, nawet jeśli ich pracodawcy nie stać na wypłacanie im wynagrodzenia, i otrzymywać co najmniej 80% swego miesięcznego wynagrodzenia, do kwoty 2500 GBP.

Elastyczność obecnego programu CJRS zostanie zachowana, aby umożliwić pracownikom kontynuowanie pracy w przypadkach, w których będzie to możliwe. Pracodawcy (niezależnie od wielkości firmy), organizacje charytatywne lub typu non-profit kwalifikują się do otrzymywania tego zasiłku, a ponieważ w świetle nowych ograniczeń jeszcze więcej firm będzie musiało zostać zamkniętych, w listopadzie na tychże pracodawcach będzie ciążył obowiązek opłacenia wyłącznie składek na ubezpieczenie społeczne i fundusze emerytalne swoich pracowników, dzięki czemu ta forma pomocy będzie bardziej efektywna i korzystniejsza finansowo niż oferowane obecnie wsparcie.

Program Wsparcia Zatrudnienia (Job Support Scheme) zostanie wprowadzony dopiero po zakończeniu Programu Utrzymania Miejsc Pracy w dobie pandemii koronawirusa.

Niezależnie od Twojego miejsca zamieszkania, możesz być osobą uprawnioną do otrzymania wsparcia finansowego w ramach:

- [Programu Utrzymania Miejsc Pracy w dobie pandemii koronawirusa](#)
- [Programu Wsparcia Zatrudnienia](#) (od 1 listopada)
- [Nowego świadczenia rentowego z tytułu niezdolności do pracy](#)