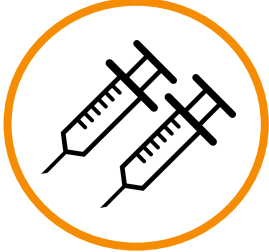

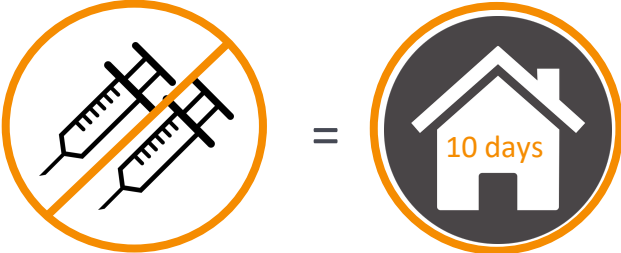


Vào ngày 19 tháng 7 chính phủ đã gỡ bỏ gần như tất cả các hạn chế liên quan đến COVID-19 trên khắp nước Anh.

	
<p>Không còn hạn chế số người được gặp mặt nhau. Tuy nhiên bạn nên gặp nhau ở ngoài trời.</p>	<p>Việc đeo khẩu trang vẫn được khuyến khích ở những nơi công cộng đông người và trên các phương tiện công cộng.</p>
	
<p>Không còn bắt buộc phải giữ khoảng cách xã hội.</p>	<p>Ở tại London, bạn được yêu cầu mang khẩu trang khi đi các phương tiện công cộng</p>
	
<p>Việc giữ gìn vệ sinh sạch sẽ và rửa tay thương xuyên là những điều vẫn còn rất quan trọng.</p>	

Các luật lệ về việc tự cách ly cũng có các thay đổi.

	
<p>Nếu bạn dưới 18 tuổi hoặc là bạn đã được tiêm vắc-xin đầy đủ để ngừa COVID-19, bạn <b>KHÔNG PHẢI</b> tự cách ly nếu bạn có tiếp xúc gần với người có kết quả xét nghiệm dương tính.</p>	<p><b>NHƯNG</b> bạn được mời gọi đi làm xét nghiệm bằng phương pháp PCR ngay khi có thể và mang khẩu trang khi có những người khác xung quanh trong thời gian chờ đợi kết quả xét nghiệm.</p>
	
<p>Nếu bạn chưa được tiêm ngừa vắc-xin đầy đủ, bạn phải tự cách ly trong vòng 10 ngày nếu bạn có tiếp xúc gần với người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hay là kết quả xét nghiệm của bạn là dương tính.</p>	

### Làm sao để được chích ngừa vắc-xin

Nếu bạn 18 tuổi hoặc lớn hơn và bạn muốn được tiêm vắc-xin, bạn có thể đến trung tâm tiêm phòng mà không cần phải đặt lịch hẹn trước. Đây được gọi là trung tâm không cần hẹn trước (walk-in centre). Để tìm xem các trung tâm này nằm ở đâu và thời gian thích hợp khi nào bạn xem tại liên kết sau:

[www.surreyheartlandscg.nhs.uk/covid-19/coronavirus-covid-19-vaccination-centres](http://www.surreyheartlandscg.nhs.uk/covid-19/coronavirus-covid-19-vaccination-centres)

Hoặc nếu bạn muốn biết cách đăng ký với bác sĩ gia đình (còn gọi là GP) và nhờ bác sĩ đặt lịch tiêm vắc-xin, bạn xem video hướng dẫn đơn giản bằng Tiếng Việt sau đây:

[www.youtube.com/watch?v=hBddNR6cjns](https://www.youtube.com/watch?v=hBddNR6cjns)