Text

Description automatically generated

**Vaccine Messages: English to Polish translation**

**Are the vaccines safe?**

Millions of people have been given the COVID-19 vaccine. Side effects are rare, and no long-term complications have been reported.

**Czy szczepionki są bezpieczne?**

Miliony ludzi otrzymało szczepionkę przeciwko COVID-19. Niepożądane działania występują rzadko, nie zgłoszono również żadnych długotrwałych powikłań.

Short-term side effects might include:

* a sore arm where the needle went in
* feeling tired
* a headache
* feeling achy
* feeling sick

Krótkoterminowe niepożądane działania mogą obejmować:

* obolałe ramię, gdzie nastąpiło ukłucie
* uczucie zmęczenia
* ból głowy
* uczucie obolałości
* mdłości

**Will the vaccine give me COVID-19?**

The vaccine cannot give you COVID-19.

**Czy szczepionka może zarazić mnie COVID-19?**

Szczepionka nie może zarazić cię wirusem COVID-19.

**It normally takes years to develop a vaccine**

* Lots of government and private funding was invested very quickly.
* Researchers met more regularly and used the internet instead of travelling. They answered questions very quickly, and non-COVID-19 research was reduced.
* When testing was first announced, 250,000 people in the UK signed up straight away, along with hundreds of thousands more from around the world.

All these things made the process much quicker.

**Zwykle opracowanie każdej szczepionki trwa latami**

* Bardzo szybko zainwestowano wiele funduszy rządowych i prywatnych.
* Naukowcy spotykali się bardziej regularnie i korzystali z Internetu zamiast podróżowania. Bardzo szybko odpowiadali na pytania, zredukowano również badania niedotyczące COVID-19.
* Kiedy po raz pierwszy ogłoszono przeprowadzanie testów, 250 000 osób w Wielkiej Brytanii zarejestrowało się od razu, wraz z setkami tysięcy kolejnych osób z całego świata.

Wszystko to sprawiło, że cały ten proces był znacznie szybszy.

**Are results from vaccine trials accurate and reliable?**

* The Health Research Authority (HRA), who protect the public in health research, made sure that the research was, and still is, done properly.
* There were 650 COVID-19 studies, for which around 400,000 people in the UK were recruited. All the procedures necessary to ensure the vaccines are safe were followed.
* The vaccines met the strict safety standards of the Medicines and Healthcare products Regulatory Agency (MHRA), who make sure medicines are safe for use in the UK.

**Czy wyniki badań nad szczepionkami są dokładne i wiarygodne?**

* Health Research Authority (HRA), organizacja, która chroni publiczność w badaniach związanych ze zdrowiem, upewnia się, że badania te były i nadal są prowadzone prawidłowo.
* Przeprowadzono 650 badań związanych z COVID-19, dla których rekrutowano około 400 000 osób w Wielkiej Brytanii. Przestrzegano wszystkich procedur niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa szczepionek.
* Szczepionki spełniają rygorystyczne standardy bezpieczeństwa Agencji Regulacji Leków i Produktów Opieki Zdrowotnej (MHRA), która upewnia się, że leki są bezpieczne do stosowania w Wielkiej Brytanii.

**I’m pregnant, can I still get the vaccine?**

Currently, there’s no evidence that COVID-19 vaccines are unsafe if you’re pregnant. But more evidence is needed. Check with your GP first.

**Jestem w ciąży, czy też mogę otrzymać szczepionkę?**

Obecnie, nie ma żadnych dowodów, że szczepionki przeciwko COVID-19 nie są bezpieczne, jeśli jesteś w ciąży. Wciąż jednak potrzebne są dalsze dowody. Skontaktuj się najpierw ze swoim lekarzem rodzinnym.

**COVID-19 vaccine ingredients**

* Approved COVID-19 vaccines do not contain any animal products (beef, pork, gelatine or egg).
* They do contain a medicine called mRNA which helps our bodies to make the antibodies needed to protect us from COVID-19. mRNA cannot change or alter your DNA.

**Składniki szczepionki COVID-19**

* Zatwierdzone szczepionki COVID-19 nie zawierają żadnych produktów pochodzenia zwierzęcego (wołowiny, wieprzowiny, żelatyny lub jaj).
* Szczepionki zawierają lek o nazwie mRNA, który pomaga naszemu organizmowi wytwarzać przeciwciała potrzebne do ochrony przed COVID-19. mRNA nie może zmienić ani zmodyfikować twojego DNA.

**COVID-19 vaccines and microchips**

It would be impossible to inject a microchip using the needle required to provide a COVID-19 vaccine. The microchip would be too large (at least 12mm x 2mm including casing) to be injected through a needle.

**Szczepionki COVID-19 i mikroczipy**

Niemożliwe byłoby wstrzyknięcie mikroczipa przy użyciu igły wymaganej do podania szczepionki COVID-19. Mikroczip byłby zbyt duży (co najmniej 12 mm x 2 mm łącznie z obudową), aby można go było wstrzyknąć przy użyciu igły.

**Should I get vaccinated?**

Vaccination will help to protect you and your loved ones. The more people are vaccinated the better things will be. The NHS has a clear vaccine plan and will contact you when it’s your turn to get the vaccine. Those most at risk are being

vaccinated first.

**Czy powinienem się zaszczepić?**

Szczepienie pomoże chronić tak ciebie jak i twoich bliskich. Im więcej osób zostanie zaszczepionych, tym lepiej. NHS ma ustalony plan szczepień i skontaktuje się z Tobą, gdy nadejdzie Twoja kolej na szczepienie. Osoby najbardziej zagrożone otrzymują

szczepionki w pierwszej kolejności.

While the vaccines are being rolled out, keep doing the right things to keep yourself and your loved ones safe.

Podczas gdy szczepionki są wdrażane, powinieneś robić wszystko to co jest potrzebne, aby zapewnić sobie i swoim bliskim bezpieczeństwo.

Keep Haringey safe

Dbaj o bezpieczeństwo Haringey

**Hands**

Wash your hands as often as possible. If you can’t wash your hands use sanitiser.

**Ręce**

Myj ręce tak często, jak jest to możliwe. Jeśli nie możesz umyć rąk, użyj środka do dezynfekcji.

**Face**

Wear a face mask or face covering. Making sure it covers your nose and mouth.

**Twarz**

Noś maskę lub zakrycie twarzy.Upewnij się, że zakrywasz swój nos i usta.

**Space**

Keep your distance from others.

**Odstęp**

Zachowaj dystans od innych osób.

It’s important to protect yourself, your community and your loved ones during the pandemic.

Podczas pandemii ważne jest, aby chronić siebie, swoją społeczność i swoich bliskich.

**Got symptoms? Get tested!**

If you have symptoms of coronavirus call 119.

If you or anyone else in your home tests positive for coronavirus, make sure you follow the self-isolation guidelines.

**Masz jakieś objawy? Poddaj się testowi!**

Jeśli masz objawy koronawirusa, zadzwoń pod numer 119.

Jeśli ty lub ktokolwiek inny w twoim domu uzyska pozytywny wynik testu na koronawirusa, upewnij się, że postępujesz zgodnie z wytycznymi dotyczącymi samoizolacji.