

Informacja „Obowiązkowa 14- dniowa kwarantanna”

Numery kontaktowe do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Staszowie: 15 8642786

Obowiązkowa 14-dniowa kwarantanna

CO TO OZNACZA?

Kwarantannę domową przez okres 14 dni **odbywasz pod adresem, który podałeś w karcie lokalizacyjnej.**

Jeśli nie masz możliwości odbywania kwarantanny w domu, **będziesz ją odbywał we wskazanym Ci przez służby zdrowia (zależnie od sytuacji) miejscu przekroczenia granicy.** Stosuj się do ich poleceń i wytycznych.

Jeśli będziesz odbywał kwarantannę w domu, **stosuj się do poniższych założeń.**

- Nie opuszczaj domu
- Nie wychodź do sklepu
- Jeśli masz pod opieką zwierzęta, to w miarę możliwości, na czas trwania kwarantanny przebiegaj pod opieką rodzinną lub znajomym. Jeśli nie masz takiej możliwości, zwróć się telefonicznie o pomoc do gminy
- Nie spotykaj się z innymi osobami i nie zapraszaj gości do domu
- Jeśli mieszkasz z rodziną, w miarę możliwości ogranicz z nią kontakt i zachowaj bezpieczny odstęp wynoszący minimum 2 metry
- Używaj oddzielnych naczyń niż pozostałe osoby przebywające w mieszkaniu
- Jeśli masz możliwość, korzystaj z osobnej łazienki/toalety niż pozostała domownia; jeśli nie masz takiej możliwości, po skorzystaniu z toalety/łazienki dezynfekuj ją dostępnym środkiem czyszczącym
- Wkręć mieszkanie kilka razy dziennie
- Zachowaj zasady higieny
- Często myj ręce i dezynfekuj powierzchnie dotykowe takie jak: blaty, blaski, ekrany telefonów
- Monitoruj temperaturę ciała minimum 2 razy dziennie
- W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu lub duszności niezwłocznie skontaktuj się telefonicznie ze stacją sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się na oddział szpitalny, uniękaj transportu publicznego
- Udzielaj informacji o swoim stanie zdrowia dowodzącym do Celbesz paczniczkom Inspekcji Sanitarnej
- W weryfikacji przestrzegania kwarantanny pomagają funkcjonariusze Policji – mogą Cię odwiedzić w czasie kwarantanny
- W przypadku potrzeby skontaktowania się z lekarzem POZ, skorzystaj z teleporady. Lekarz może wysłać e-receptę i e-zacznienie. Lista placówek POZ udzielających teleporad w Twojej okolicy jest dostępna na stronie NFZ: niz.gov.pl lub bezpośrednio do Ciebie na paczce pocztowej.

Więcej informacji na www.gov.pl/koronawirus | Infolinia NFZ: 800 150 150

Za nieprzestrzeganie kwarantanny grozi mandat karny w wysokości 5000 zł

Ministerstwo Zdrowia

507 804 362 303 116 066 (telefon alarmowy w sprawach pilnych)

Źródło: <https://gminaolesnica.pl/?p=5925>