

## Komunikat dla powracających z zagranicy

Wpisany przez a.romańska  
wtorek, 17 marca 2020 18:03

---

Mając na względzie bezpieczeństwo wszystkich mieszkańców gminy Wojnicz apelujemy i przypominamy osobom powracającym w ostatnim czasie do Polski o obowiązku poddania się 14-dniowej kwarantannie

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 odbywać we wskazanym Ci przez służby ośrodka (informację uzyskasz podczas przekraczania granicy). Stosuj się do ich poleceń i wytycznych.

Jeśli będziesz odbywać kwarantannę w domu, stosuj się do poniższych zaleceń.

☐ Nie opuszczaj domu.

☐ Nie wychodź do sklepu.

☐ Jeśli masz pod swoją opieką zwierzęta, to w miarę możliwości na czas trwania kwarantanny przekaz je pod opiekę rodzinie lub znajomym. Jeśli nie masz takiej możliwości, zwróć się telefonicznie o pomoc do gminy.

☐ Nie spotykaj się z innymi osobami i nie zapraszaj ludzi do domu.

☐ Jeśli mieszkasz z rodziną, w miarę możliwości ogranicz z nią kontakt i zachowaj bezpieczny odstęp wynoszący minimum 2 metry.

## Komunikat dla powracających z zagranicy

Wpisany przez a.romańska  
wtorek, 17 marca 2020 18:03

---

- Używaj oddzielnych naczyń niż pozostałe osoby przebywające w mieszkaniu.
  
- Jeśli masz możliwość, korzystaj z osobnej łazienki/toalety niż pozostali domownicy; Jeśli nie masz takiej możliwości, po skorzystaniu z toalety/łazienki zdezynfekuj ją dostępnym środkiem czystości.
  
- Wietrz mieszkanie kilka razy dziennie.
  
- Zachowaj zasady higieny.
  
- Często myj ręce i dezynfekuj powierzchnie dotykowe takie jak: blaty, klamki, 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 zakaźny, unikając transportu publicznego.
  
- Udzielaj informacji o swoim stanie zdrowia dzwoniącym do Ciebie pracownikom 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

## Komunikat dla powracających z zagranicy

Wpisany przez a.romańska  
wtorek, 17 marca 2020 18:03

---

może wystawić e-receptę i e-zwolnienie. Lista placówek POZ udzielających teleporad w Twojej okolicy jest dostępna na stronie NFZ: [bit.ly/teleporady-list](https://bit.ly/teleporady-list)

Więcej informacji na [www.gov.pl/koronawirus](https://www.gov.pl/koronawirus) [https://static.xx.fbcdn.net/images/emoji.php/v9/t50/1/16/2757.png&](https://static.xx.fbcdn.net/images/emoji.php/v9/t50/1/16/2757.png)

Infolinia NFZ: 800 190 590

Za nieprzestrzeganie kwarantanny grozi mandat karny w wysokości 5000