Informacja dla rolników poddanych kwarantannie domowej w związku z Covid19

Jeśli odbywasz kwarantannę w domu, czyli jesteś zdrowy, ale miałeś kontakt z osobą chorą lub właśnie wróciłeś z zagranicy - **bezwzględnie stosuj się do poniższych zaleceń przez 14 dni.**

- Nie opuszczaj terenu swojego gospodarstwa. Możesz zajmować się inwentarzem na jego terenie. Według dostępnej wiedzy choroba nie przenosi się z człowieka na zwierzęta gospodarskie oraz zwierzęta domowe, np. psy czy koty.

- Nie wychodź do sklepu.

- Nie spotykaj się z innymi osobami i nie zapraszaj nikogo do domu.

- Jeśli mieszkasz z rodziną, w miarę możliwości ogranicz z nimi 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 pozostali domownicy, jeśli nie masz takiej możliwości - po skorzystaniu z toalety/łazienki zdezynfekuj ją dostępnym środkiem czystości.

- Wietrz mieszkanie kilka razy dziennie.

- Zachowuj zasady higieny.

- Często myj ręce i dezynfekuj powierzchnie dotykowe, w tym blaty i klamki. Dezynfekuj również sprzęty takie jak: telefon, laptop czy klawiatura i myszka komputera stacjonarnego, pilot do TV.

- Mierz temperaturę ciała minimum 2 razy dziennie i zapisuj wyniki pomiarów.

- W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu lub duszności niezwłocznie skontaktuj się telefoniczne z powiatową stacją sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się na oddział zakaźny najbliższego szpitala, unikając transportu publicznego (jeśli to możliwe swoim samochodem).

- Udzielaj informacji o swoim stanie zdrowia dzwoniącym do Ciebie pracownikom Państwowej Inspekcji Sanitarnej.

- W weryfikacji przestrzegania kwarantanny pomagają funkcjonariusze policji - mogą Cię odwiedzić w czasie kwarantanny.

- Za nieprzestrzeganie kwarantanny grozi grzywna w wysokości **30 000 zł**.

- W przypadku potrzeby kontaktu z lekarzem skorzystaj z **teleporady** (dzwoń do swojego lekarza poradni zdrowia). Lekarz może wystawić ci e-receptę i e-zwolnienie. Lista placówek POZ udzielających teleporad w Twojej okolicy jest dostępna na stronie NFZ: https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-centrali/teleporady-dotyczace-koronawirusa-w-przychodniach,7621.html
. Więcej o e-zdrowiu na
pacjent.gov.pl
.

Dowiedz się więcej na www.gov.pl/koronawirus Infolinia NFZ 800 190 590



Biuro Powiatowe ARiMR w Siemyślu