

Во время эпидемического режима после возвращения в Польшу Вам необходимо пройти обязательный **14-дневный карантин**.

Что это значит?



Домашний карантин на протяжении 14 дней Вы будете проходить вместе с членами Вашего домашнего хозяйства по адресу, указанному Вами сотрудникам Пограничной службы.



Если у Вас нет возможности пройти карантин по указанному адресу, Вы будете помещены на карантин в центр, указанный Вам госслужбами (информацию об этом Вы получите при пересечении границы). Необходимо следовать их предписаниям и рекомендациям.



Если Вы будете проходить карантин дома, соблюдайте следующие правила.

- Не выходите из дома, не ходите в магазин. Это касается также членов Вашей семьи.
- Установите в своем сотовом телефоне обязательное приложение «Домашний карантин».
- Домашние животные не болеют COVID-19, поэтому нет необходимости с ними расставаться. Если все-таки существует необходимость расстаться, отдайте их на время карантина родственникам или близким знакомым.
- Не встречайтесь с другими людьми и не приглашайте никого в гости.
- Если Вы живете со своей семьей, по мере возможности ограничивайте контакты с членами семьи и соблюдайте безопасную дистанцию не менее 2 метров.
- Используйте отдельную посуду, не пользуйтесь посудой, которой пользуются остальные члены семьи, проживающие в той же квартире.
- Если есть такая возможность, пользуйтесь отдельной ванной/туалетом; если у Вас нет такой возможности, после пользования туалетом/ванной комнатой продезинфицируйте их доступными чистящими средствами.
- Проветривайте квартиру по несколько раз в день, соблюдайте правила гигиены.
- Часто мойте руки и дезинфицируйте поверхности, к которым прикасаются руками, в частности, столешницы, дверные ручки, экраны сотовых телефонов.
- Измеряйте температуру тела как минимум два раза в день.
- В случае высокой температуры, кашля или затруднения дыхания немедленно обратитесь в местную санитарно-эпидемиологическую станцию (на уровне повята) по телефону или отправляйтесь в инфекционное отделение больницы, не пользуясь общественным транспортом.
- Предоставляйте информацию о состоянии вашего здоровья сотрудникам Санитарной инспекции, которые будут Вам звонить.
- Проверять соблюдение карантина помогают сотрудники полиции – они могут посетить Вас во время карантина.
- Если Вам необходимо связаться с врачом-терапевтом, воспользуйтесь консультацией по телефону. Врач может выписать электронный рецепт и оформить электронный больничный лист. Список поликлиник Вашего района, предоставляющих телефонные консультации, размещен на сайте Национального фонда здравоохранения Польши (NFZ): bit.ly/teleporady-lista. Дальнейшую информацию об электронной системе здравоохранения можно получить на сайте pacjent.gov.pl



Если Вы находитесь на карантине, адресованные Вам почтовые отправления будут ждать Вас в почтовом отделении до окончания срока изоляции. Первая попытка доставки будет предпринята после завершения карантина. Вышесказанное не относится к денежным переводам, которые будут доставляться в специальном защищенном конверте.



В проведении карантина Вам поможет мобильное приложение «Домашний карантин». Пользование приложением обязательно*. Скачайте и установите его в своем телефоне. Приложение можно скачать из App Store или Google Play.

**Дополнительная информация на сайте www.gov.pl/koronawirus
Горячая линия Национального фонда здравоохранения (NFZ): (+48) 800 190 590**

Несоблюдение карантина карается штрафом в размере 30 000 злотых.

*От обязанности пользоваться приложением «Домашний карантин» освобождаются лица с нарушением зрения (слепые или слабовидящие), а также те, кто заявил в соответствующую службу, что не являются абонентами или пользователями телекоммуникационной сети либо не имеют мобильного устройства для установки приложения. За заявления, не соответствующие действительности, предусмотрена уголовная ответственность. Заявление можно сделать по телефону (+48) 22 165 57 44 или заполнив форму на сайте www.gov.pl. Если вы не можете сделать заявление одним из этих способов, передайте заполненный бланк в полицию. Образец заявления размещен на сайте www.gov.pl/kwarantannadomowa.