

## **Informacja dla osób objętych kwarantanną przez Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Sępólnie Kraj.**

- **Kwarantanna trwa 14 dni** i ma na celu odizolować osoby mające kontakt z wirusem, by zminimalizować ryzyko zarażenia kolejnych osób. Wszystko po to, aby ograniczyć ryzyko potencjalnej epidemii **koronawirusa SARS-CoV-2**.
- Pierwszym obowiązkiem osoby poddanej kwarantannie jest **bezwzględne pozostawanie w miejscu kwarantanny oraz brak spotkań z innymi osobami**.
- Nie powinniśmy zatem przyjmować gości, spotykać się ze znajomymi lub rodziną.
- Gdy niezbędny jest kontakt z inną osobą, należy **bezwzględnie zachować bezpieczny odstęp, który wynosi 1,5 metra**.
- Jeśli w domu mieszka więcej osób, osoba poddana kwarantannie powinna przebywać w **jednym pokoju, z którego nie będą korzystali inni domownicy**.
- Wskazane byłoby, żeby mogła korzystać z **osobnej łazienki**. Jeśli nie ma takiej możliwości, wszelkie rzeczy, z których korzysta osoba poddana kwarantannie, powinny być odkażane środkami dezynfekującymi.
- Ponadto, należy zachować higienę osobistą -jak najczęściej myć ręce wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować ręce płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60 %)

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Sępólnie Kraj., zobowiązuje Pana/Panią, do **samomonitoringu stanu zdrowia (w tym 2x dziennie pomiar temperatury) oraz codziennego kontaktu telefonicznego** z pracownikiem Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Sępólnie Krajeńskim, do godz. 13.00 pod numerem telefonu:  
**661 838 234**

**W przypadku wystąpienia ostrej infekcji układu oddechowego: gorączki (38°C), kaszlu, trudności z oddychaniem, bólów mięśniowych lub nagłego, ogólnego pogorszenia stanu zdrowia:**

**Należy niezwłocznie skontaktować się z Państwowym Powiatowym Inspektorem Sanitarnym w Sępólnie Kraj., pod numerem telefonu: 661 838 234 (czynny całą dobę).**

***W przypadku wystąpienia stanu nagłego zagrożenia życia dzwoń  
na numer: 112 lub 999 !***

Policja w ramach patroli odwiedza te osoby, które są objęte kwarantanną, sprawdzając, czy pozostają w miejscu swojego zamieszkania. **Nieuzasadnione przypadki złamania kwarantanny są karane**, włącznie z nakładaniem wysokich kar finansowych.

Przepisy przewidują możliwość nałożenia kary finansowej do 5 tys. zł na te osoby, które kwarantanny nie przestrzegają. Decyzja co do konkretnej wysokości kary jest zawsze indywidualna.

**800 190 590 - numer infolinii Narodowego Funduszu Zdrowia  
dotyczącej postępowania w sytuacji podejrzenia zakażenia koronawirusem**