

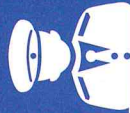


● Lekarz może wystawić Ci **e-receptę i e-zwolnienie**

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



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

● **ZA NIEPRZESTRZEGANIE KWARANTANY GROZI GRZYWNA W WYSOKOŚCI 30 000 zł**

ROLNIKU!

MASZ SPRAWĘ? ZADZWOŃ LUB WYŚLIJ E-MAILEM

Zminimalizuj możliwość zarażenia się koronawirusem, załatwiasz sprawy zdalnie.

INFORMACJE

jak to zrobić znajdziesz na stronach:



ARIMR www.arimr.gov.pl

KOWR www.kowr.gov.pl

KRUS www.krus.gov.pl

GŁÓWNY INSPEKTORAT WETERYNARII
www.wetgiw.gov.pl

INSPEKCJA JAKOŚCI HANDLOWEJ ARTYKUŁÓW ROLNO-SPOŻYWCZYCH
www.ijhrs.gov.pl

PAŃSTWOWA INSPEKCJA OCHRONY ROŚLIN
www.piorin.gov.pl

CENTRUM DORADZTWA ROLNICZEGO W BRWINOWIE
www.cdr.gov.pl

#ZOSTAJEWDOMU



GOV.PL/ROLNICTWO



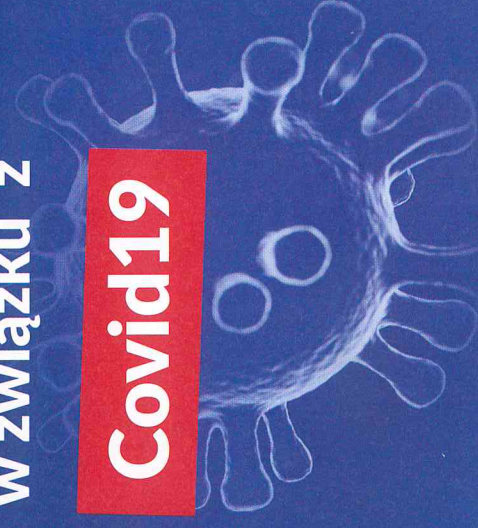
INFORMACJA

Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi,
Głównego Inspektora Sanitarnego
oraz Głównego Lekarza Weterynarii

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. Możesz uprawiać swoje pole.

Według dostępnej wiedzy choroba nie przenosi się z człowieka na zwierzęta gospodarskie oraz zwierzęta domowe - psy i 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 min. 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** takie jak: blaty, klamki, telefony.

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

- W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu lub duszności niezwłocznie **skontaktuj się telefonicznie** z powiatową stacją sanitarno-epidemiologiczną lub **złóż 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 przypadku potrzeby** kontaktu z lekarzem **skorzystaj z teleporady** (dzwoń do lekarza ze swojej poradni zdrowia).

