Opublikowano na *Miasto Hrubieszów* (https://www.miasto.hrubieszow.pl)

Komunikat Miejskiego Centrum Zarządzania Kryzysowego

19.03.2020
Urzędowe

INSTRUKCJA POSTĘPOWANIA

DLA OSÓB OBJĘTYCH KWARANTANNĄ DOMOWĄ

1. Każdy obywatel wjeżdżający na terytorium RP musi poddać się dwutygodniowej kwarantannie.
2. Istnieje bezwzględny zakaz opuszczania miejsca kwarantanny!
3. Czas trwania kwarantanny wynosi min. 14 dni. Należy pozostać w miejscu kwarantanny dopóki nie uzyska się zezwolenia od stacji sanitarno-epidemiologicznej na jej opuszczenie. O długości kwarantanny decyduje lekarz.
4. Należy dbać o zachowanie czystości. Powierzchnie np. stoły, krzesła, poręcze łóżek, klamki, deskę w ubikacji, krany w umywalce i przedmioty (np. telefon, czajnik itp.) należy regularnie czyścić środkami myjącymi i dezynfekującymi.
5. Należy unikać spotykania się z innymi osobami znajdującymi się w miejscu kwarantanny, a jeśli to niemożliwe zachować bezpieczny odstęp wynoszący 1,5 - 2 m. (bezwzględnie nie należy zapraszać gości).
6. W czasie kwarantanny należy przestrzegać zasad higieny (unikać dotykania oczu, nosa i ust; zakrywać zgięciem łokcia lub chusteczką usta i nos podczas kaszlu lub kichania).
7. Należy często myć i dezynfekować ręce, zwłaszcza korzystając ze wspólnych pomieszczeń, takich jak łazienka czy kuchnia.
8. Należy prowadzić samoobserwację – codzienny pomiar temperatury i świadome zwracanie uwagi na swój stan zdrowia, w tym występowanie objawów grypopodobnych (wysoka temperatura, złe samopoczucie, bóle

mięśniowe, kaszel). Termometr przed użyciem i po użyciu należy zdezynfekować płynem do dezynfekcji dostępnym w miejscu kwarantanny.

9. W przypadku zaobserwowania u siebie takich objawów jak: gorączka, kaszel, duszność i problemy z oddychaniem należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić Powiatową Stację Sanitarno - Epidemiologiczną w Hrubieszowie – kontakt w godzinach urzędowania **tel. 84 696 41 51 oraz całodobowo kom. 509 671 579.**
10. Osoba objęta kwarantanną ma obowiązek zadbać we własnym zakresie o odpowiedni zapas żywności, leków itp. (posiłki, środki czystości może zapewnić np. rodzina, znajomi, sąsiedzi będący w kontakcie telefonicznym) przekazanie wyposażenia należy odbyć bezkontaktowo (np. zostawić przed drzwiami).
11. Tylko i wyłącznie w sytuacji kiedy osoba, w szczególności starsza, samotna, niepełnosprawna nie jest w stanie własnym staraniem zapewnić sobie gorącego posiłku lub produktów żywnościowych, taką pomoc przyznaje miasto na podstawie art. 48b ustawy o pomocy społecznej. Kontakt z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Hrubieszowie - **pon. - pt. w godz. 7:30 – 15:30 tel. 84 696 55 60**.
12. Pomoc w postaci interwencji kryzysowej w celu przywrócenia równowagi psychicznej oraz specjalistycznego poradnictwa psychologicznego w formie rozmowy telefonicznej udzielana będzie przez: Punkt Interwencji Kryzysowej w Hrubieszowie, przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie pod **nr tel. 84 664 15 17** w godzinach pracy Centrum oraz **512 075 772 w godzinach 7:30 - 19:00.**
13. Ze względu na podwyższone zagrożenie epidemiologiczne, odpady należy zbierać do opakowania wewnętrznego złożonego z przeznaczonego na odpady worka jednorazowego użycia, który po wypełnieniu i zamknięciu jest umieszczany w drugim worku.
14. W sprawach bieżących należy kontaktować się telefonicznie z przedstawicielem Miejskiego Centrum Zarządzania Kryzysowego w Hrubieszowie: **tel. 84 696 23 80 wew. 49 lub wew. 27**.
15. Kontrolę odbywania kwarantanny przeprowadzać będą policjanci, których obowiązkiem jest sprawdzanie, czy osoba poddana kwarantannie przebywa w miejscu jej odbywania. Policjanci będą co najmniej raz na dobę kontrolować miejsce pobytu osoby objętej kwarantanną.
16. **Za złamanie zasad kwarantanny grozi mandat karny w wysokości 5 tys. zł!**

URL źródłowy: https://www.miasto.hrubieszow.pl/content/komunikat-miejskiego-centrum-zarz%C4%85dzania-kryzysowego-0