

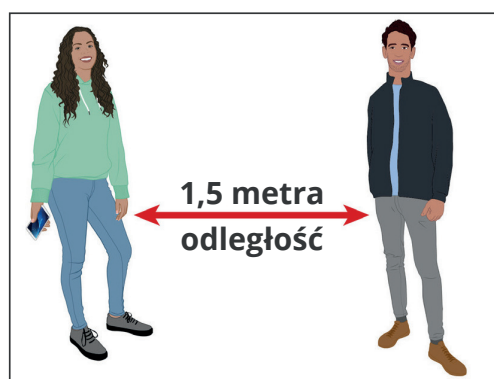
# Koronawirus

## Tu się dowiesz:

- **Jakie są zasady?**
- **Jakiego rodzaju możesz mieć objawy?**
- **Jak przebiega test?**

## Zalecenia zarówno w domu jak i poza domem

- Zawsze utrzymuj odległość **1,5 m** od pozostałych osób.
- Dzieciom do 13 roku wolno zbliżać się do siebie i do osób dorosłych.
- W miarę możliwości zostań w domu.
- Pracuj z domu, chyba że naprawdę nie ma takiej możliwości.
- W domu mogą odwiedzić Cię najwyżej 2 osoby dziennie.
- Poza domem możesz umówić się najwyżej z 1 osobą.



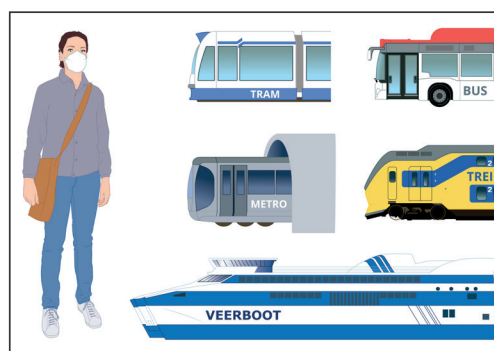
## Maseczka: jest obowiązkowa dla wszystkich osób od 13 roku życia

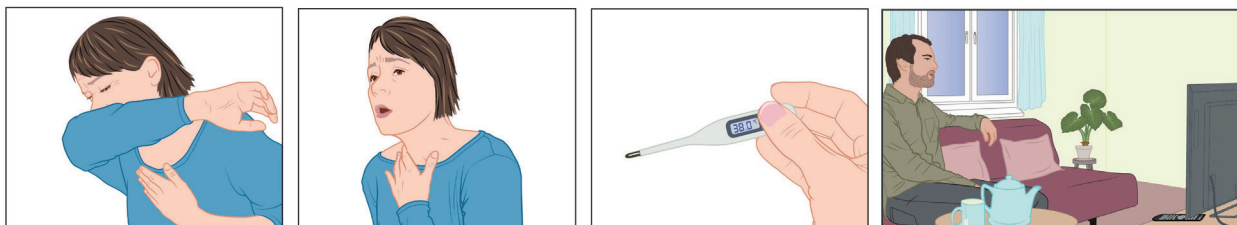
- Noś maseczkę będąc w budynkach.  
Na przykład w sklepach i na dworcu.
- Noś maseczkę w szkole.  
Maseczkę wolno zdjąć tylko podczas zajęć.



## Podróże:

- Korzystaj z transportu publicznego wyłącznie, kiedy nie możesz tego uniknąć.
- Noś maseczkę.  
Osoba bez maseczki może zostać ukarana mandatem w wysokości 95 EUR.
- Nie wyjeżdżaj za granicę, chyba że jest to naprawdę niezbędne.





## W przypadku dolegliwości: Zrób test i zostań w domu

Wykonaj test na koronawirusa i zostań w domu w razie jednej lub kilku z następujących dolegliwości:

- **gorączka** (ponad 37,5 stopni)
- **problemy z oddychaniem.**
- **nagła utrata powonienia lub smaku**
- **kaszel**
- **kichanie**
- **katar**
- **ból gardła**

W przypadku **gorączki** lub **trudności w oddychaniu** wszystkie osoby mieszkające z Tobą w domu również muszą pozostać w domu. Jeśli nie masz żadnych dolegliwości, **nie** przeprowadzaj testu. Wówczas test nie jest konieczny.

## Testen

Test na koronawirusa jest bezpłatny.

Na spotkanie możesz umówić się na 2 sposoby:

1. Korzystając z komputera: Wejdź na [www.coronatest.nl](http://www.coronatest.nl). Będziesz potrzebował swój DigiD.
2. Telefonicznie: Zadzwoń pod numer **0800-1202**.

Zostań w domu, dopóki nie otrzymasz wyników z GGD.

Nie możesz przyjmować wizyt, dopóki nie otrzymasz wyników. GGD poinformuje Cię, kiedy ponownie będziesz mógł wychodzić na zewnątrz.

## Lekarz rodzinny

Ważnym jest, aby z objawami koronawirusa nie udawać się do lekarza rodzinnego. Najpierw zadzwoń.

Na stronie [www.Thuisarts.nl](http://www.Thuisarts.nl) znajdziesz więcej informacji na temat koronawirusa.



## W razie innych pytań związanych z koronawirusem

Zadzwoń pod numer **0800-1351**