

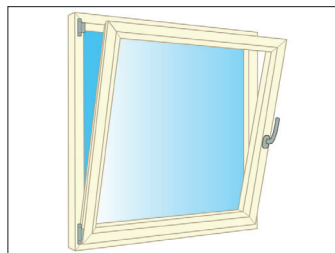
Koronawirus

Tu można dowiedzieć się o: • Zasady wprowadzone przez rząd
• Objawy koronawirusa • Przeprowadzenie testów • Szczepionka

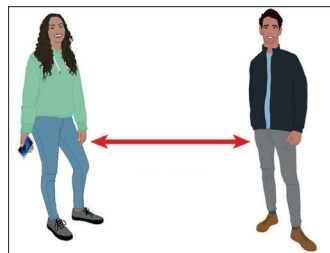
Jak unikać zarażenia?



Myj ręce mydłem, kiedy wracasz do domu lub składasz komuś wizytę.



Kiedy przebywasz w pomieszczeniach (w domu lub biurze), otwórz okno lub drzwi.



Obowiązkowo zachowuj odległość 1,5 metra od innych osób



Nie podawaj ręki.

Praca

Pracuj zdalnie.

Kiedy mimo wszystko musisz przyjść do pracy, zachowuj 1,5-metrowy odstęp.

Odwiedziny

W domu mogą odwiedzić Cię najwyżej 2 osoby dziennie.

Nie obejmuje to dzieci do 13. roku życia.

Składaj wizyty najwyżej 1 raz dziennie.

Składasz wizytę lub ktoś przychodzi do Ciebie w odwiedziny, zrób test domowy.

Staraj się jak najdłużej przebywać w domu.

W przypadku dolegliwości: Zrób test i zostań w domu

Zrób to również, gdy jesteś zaszczepiony(-a)!

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

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

W przypadku zakażenia koronawirusem

Masz koronawirusa? Zostań w domu. Wszyscy mieszkający z Tobą również muszą zostać w domu. Nawet zaszczepieni.



Testen

Test na koronawirusa jest bezpłatny. Na spotkanie możesz umówić się na 2 sposoby:

1. Korzystając z komputera: Wejdź na 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.

Maseczka

Maseczka obowiązuje w większości miejsc użyteczności publicznej, np.:

- W budynkach takich, jak sklepy, restauracje i kina.
- Przy bliskim kontakcie z innymi osobami, np. u fryzjera lub lekarza.
- W taksówce, tramwaju, autobusie, metrze i pociągu. Również na stacji i przystanku.
- Na lotnisku i w samolocie.
- W szkołach: od grupy 6. podczas chodzenia po korytarzach.

W przeciwnym razie możesz otrzymać mandat w wysokości 95 euro.



Obowiązek okazywania się kodem QR

W niektórych miejscach należy okazać się kodem QR.

Kod QR otrzymujesz, jeśli:

- zaszczepiłeś(-aś) się w pełni.
- przechorowałeś(-aś) koronawirusa i jesteś zdrowy(-a).
- Twój test na obecność koronawirusa jest ujemny i nie starszy niż 24 godziny.

Zainstaluj na swoim telefonie aplikację „CoronaCheck”. Umieść w niej swój kod QR.

Kod QR możesz również otrzymać **na papierze**. W tym celu należy zadzwonić pod numer 0 800 1421.



Szczepionka

Szczepionka przeciw koronawirusowi chroni przed zachorowaniem wywołanym tym wirusem. Szczepionka ma formę zastrzyku wykonywanego w ramię. Po otrzymaniu szczepionki dana osoba nie choruje lub choroba ma u niej łagodniejszy przebieg.

W Niderlandach każdy, kto ukończył 12 lat, może umówić się na wizytę.

Na stronie internetowej Pharos można znaleźć więcej informacji na temat szczepionki.



Lekarz rodzinny

Ważnym jest, aby z objawami koronawirusa nie udawać się do lekarza rodzinnego. Najpierw zadzwoń. Czy masz inne dolegliwości niezwiązane z koronawirusem? Udaj się po prostu do lekarza rodzinnego. Ważne jest, abyś otrzymał pomoc, kiedy jej potrzebujesz.

Na stronie www.Thuisarts.nl znajdziesz więcej informacji na temat koronawirusa.

W razie innych pytań związanych z koronawirusem

Zadzwoń pod numer **0800-1351**