








Wróciłeś z zagranicy?

**Jesteś objęty 14-dniową
kwarantanną domową!**

Stosuj się do następujących zasad:

-  Kwarantannę odbywasz pod adresem, który podałeś w karcie lokalizacyjnej.
-  Nie opuszczaj domu.
-  Nie wychodź do sklepu.
-  Nie spotykaj się z innymi osobami.
-  Nie zapraszaj ludzi do domu.
-  Przekaż opiekę nad zwierzętami domowymi rodzinie lub znajomym.
-  Osoby, które z Tobą mieszkają, również zostaną objęte kwarantanną.

Pamiętaj!

- Zachowaj zasady higieny.
- Często myj ręce.
- Dezynfekuj ręce płynami/żelami na bazie alkoholu min. 60%.
- Dezynfekuj powierzchnie dotykowe takie jak: blaty, klamki, ekrany telefonów.
- Sprawdzaj temperaturę ciała minimum 2 razy dziennie.

Jeśli masz pytania, wątpliwości, zadzwoń na infolinię
Narodowego Funduszu Zdrowia ☎ **800 190 590**



SPRAWDŹ APLIKACJĘ
KWARANTANNA DOMOWA

Sprawdzaj tylko wiarygodne źródła informacji:
www.gov.pl/koronawirus

! Kara za nieprzestrzeganie kwarantanny to nawet 30 tys. zł!