

03.11.2020

Uwaga! Zasady ze strefy czerwonej zostały rozciągnięte na całą Polskę. W każdym powiecie – obowiązują takie same zasady bezpieczeństwa.

OGRANICZENIA W PRZEMIESZCZANIU SIĘ

1,5 METRA – MINIMALNA ODLEGŁOŚĆ MIĘDZY PIESZYMİ

Obowiązek utrzymania co najmniej 1,5-metrowej odległości między pieszymi.

Wyłączeni z tego obowiązku są:

- rodzice z dziećmi wymagającymi opieki (do 13. roku życia),
- osoby wspólnie mieszkające lub gospodarujące,
- osoby niepełnosprawne, niemogące się samodzielnie poruszać, osoby z orzeczeniem o potrzebie kształcenia specjalnego i ich opiekunowie.

ZASŁANIANIE UST I NOSA W MIEJSCACH PUBLICZNYCH

Zasłanianie ust i nosa w miejscach publicznych jest obowiązkowe w całym kraju.

Usta i nos trzeba obowiązkowo zasłaniać m.in.:

- na ulicy, na drogach i placach, na terenie cmentarzy, promenad, bulwarów, miejsc postoju pojazdów, parkingów leśnych,
- w autobusie, tramwaju i pociągu,
- w sklepie, galerii handlowej, banku, na targu i na poczcie,
- w kinie i teatrze,
- u lekarza, w przychodni, w szpitalu, salonie masażu i tatuażu,
- w kościele i szkole, na uczelni
- w urzędzie (jeśli idziesz załatwić tam jakąś sprawę) i innych budynkach użyteczności publicznej.

Gdzie nie trzeba zasłaniać ust i nosa? W lesie, parku, w zieleńcach, ogrodach botanicznych, ogrodach zabytkowych, w rodzinnych ogródkach działkowych i na plaży.

Aktualne zasady i ograniczenia

Wpisany przez Operator
środa, 04 listopada 2020 08:08 -

Ważne! Z obowiązku zakrywania ust i nosa są zwolnione jedynie osoby posiadające zaświadczenie lekarskie lub dokument potwierdzający:

- całościowe zaburzenia rozwoju,
- zaburzenia psychiczne,
- niepełnosprawność intelektualną w stopniu umiarkowanym, znacznym lub głębokim,
- trudności w samodzielnym odkryciu lub zakryciu ust lub nosa.

PRZEMIESZCZANIE SIĘ OSÓB

Dzieci i młodzież do 16. roku życia

W godzinach 8:00-16:00 od poniedziałku do piątku dzieci i młodzież do 16. roku życia muszą przemieszczać się pod opieką rodzica lub opiekuna. Zasada ta nie obowiązuje:

- kiedy dziecko idzie do szkoły lub wraca z niej do domu,
- w weekendy.

Seniorzy

Seniorze, zostań w domu! Apelujemy o ograniczenie przemieszczania się seniorów – zwłaszcza osób po 70. roku życia. Wyjątkiem są sytuacje związane z:

- wykonywaniem czynności zawodowych,
- zaspokajaniem niezbędnych potrzeb związanych z bieżącymi sprawami życia codziennego,
- sprawowaniem lub uczestniczeniem w sprawowaniu kultu religijnego, w tym czynności lub obrzędów religijnych.

KWARANTANNA

Ograniczenie dotyczy osób, które:

- przekraczają granicę RP stanowiącą zewnętrzną granicę UE*,
- miały kontakt z osobami zakażonymi (lub potencjalnie zakażonymi) koronawirusem.

** Granicę zewnętrzną określają przepisy art. 2 pkt 2 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/399 z 9 marca w sprawie unijnego kodeksu zasad regulujących przepływ osób przez granice (kodeks graniczny Schengen) (Dz. Urz. UE L 77 z 23.03.2016, str. 1, z późn. zm.).*

Listę osób wyłączonych z obowiązkowej kwarantanny przy przekraczaniu granicy zewnętrznej UE określają przepisy rozporządzenia Rady Ministrów z 7 sierpnia 2020 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu

epidemii.

Sprawdź na stronie [Straży Granicznej](#) , kto jest zwolniony z kwarantanny po przekroczeniu granicy zewnętrznej z UE.

Na czym polega?

Od 24 października 2020 r. obowiązują zasady dotyczące:

- kwarantanny (odosobnienie osoby zdrowej, z powodu narażenia na zakażenie);
- izolacji (odosobnienie osoby, której pierwszy wynik testu diagnostycznego w kierunku SARS-CoV-2 jest dodatni).

Izolacja domowa trwa 10 dni, jeżeli u pacjenta nie wystąpiły objawy COVID-19.

W przypadku, gdy w czasie izolacji domowej wystąpią objawy koronawirusa, lekarz podstawowej opieki zdrowotnej postanawia o przedłużeniu izolacji, a jej zakończenie może nastąpić nie wcześniej niż po 13 dniach od dnia wystąpienia objawów.

W przypadku izolacji szpitalnej i w izolatorium o zakończeniu izolacji decyduje lekarz sprawujący opiekę nad pacjentem. Jej zakończenie nie może nastąpić wcześniej niż po 13 dniach od dnia wystąpienia objawów, a ostatnie 3 dni muszą być bez objawów choroby.

Kwarantanna nakładana przez inspekcję sanitarną jak i dla osób przekraczających granicę, została skrócona do 10 dni - przy jednoczesnym odstąpieniu od testowania osób bezobjawowych w kwarantannie.

Jeśli dana osoba nie miała bezpośredniego kontaktu z osobą zakażoną koronawirusem nie zostanie skierowana na kwarantannę. Zgodnie z obowiązującym prawem osoby współzamieszkujące z osobą na kwarantannie nie podlegają już kwarantannie.

Osoba współzamieszkująca z osobą zakażoną wirusem SARS-CoV-2 (pozytywny wynik testu) ma obowiązek poddania się kwarantannie od dnia uzyskania pozytywnego wyniku testu do 7 dni po zakończeniu izolacji osoby zakażonej.

Obowiązku poddania się kwarantannie nie stosuje się do osoby wykonującej zawód medyczny.

Przez ten czas:

- nie można opuszczać domu,
- spacer z psem, wyjście do sklepu czy do lekarza są zakazane,
- w przypadku występowania objawów choroby (złe samopoczucie, gorączka, kaszel, duszności) należy koniecznie zgłosić to telefonicznie do stacji sanitarno-epidemiologicznej.

Ważne! Policja, w ramach patroli odwiedza osoby, które są objęte kwarantanną i sprawdza, czy pozostają w miejscu swojego zamieszkania. Przepisy przewidują możliwość nałożenia kary finansowej do 30 tys. zł na te osoby, które kwarantanny nie przestrzegają. Decyzja, co do konkretnej wysokości kary jest zawsze indywidualna.

ŻYCIE SPOŁECZNE

WYDARZENIA KULTURALNE – OGRANICZENIA

Wydarzenia kulturalne - m.in. spektakle teatralne, seanse w kinie lub zajęcia w domu kultury, mogą odbywać się z udziałem 25% publiczności, przy udostępnieniu co czwartego miejsca na widowni, w rzędach naprzemiennie. W przypadku braku wyznaczonych miejsc na widowni lub, gdy działalność prowadzona jest na otwartym powietrzu- wydarzenia kulturalne mogą się odbywać przy zachowaniu 1,5 m odległości oraz zasłaniania ust i nosa.

Obowiązek udostępniania co czwartego miejsca nie dotyczy:

- widza z dzieckiem poniżej 13. roku życia;
- widza z osobą z orzeczeniem o niepełnosprawności, o stopniu niepełnosprawności, o potrzebie kształcenia specjalnego lub osobą, która ze względu na stan zdrowia nie może poruszać się samodzielnie;
- osób wspólnie zamieszkujących lub gospodarujących.

KOMUNIKACJA PUBLICZNA

Środkami transportu zbiorowego może podróżować ograniczona liczba osób.

W całym kraju środkami transportu publicznego można przewozić, w tym samym czasie, nie więcej osób niż wynosi:

- 50% liczby miejsc siedzących, albo

Aktualne zasady i ograniczenia

Wpisany przez Operator
środa, 04 listopada 2020 08:08 -

- 30% liczby wszystkich miejsc siedzących i stojących, przy jednoczesnym pozostawieniu w pojeździe co najmniej 50% miejsc siedzących niezajętych.

Limity nie dotyczą środków transportu do przewozu osób niepełnosprawnych.

UROCZYSTOŚCI RELIGIJNE

Obowiązuje limit osób, które mogą uczestniczyć w uroczystościach religijnych. Obowiązkowe jest również zakrywanie nosa i ust.

W kościołach obowiązuje limit osób – max. 1 osoba na 7m², przy zachowaniu odległości nie mniejszej niż 1,5 m.

Jeżeli wydarzenie odbywa się na zewnątrz należy zachować dystans 1,5 m i zakryć usta i nos.

Ważne! W świątyniach i obiektach kultu religijnego obowiązkowe jest zakrywanie ust i nosa, z wyłączeniem osób sprawujących kult.

ZGROMADZENIA I SPOTKANIA

W zgromadzeniach publicznych może uczestniczyć max. 5 osób. Uczestnicy mają obowiązek zakrywania nosa i ust oraz zachowania 1,5 m odległości od innych osób. Ponadto odległość między zgromadzeniami nie może być mniejsza niż 100 m.

Obowiązuje zakaz organizowania spotkań i imprez niezależnie od ich rodzaju - z wyjątkiem imprez i spotkań organizowanych w domu, w których bierze udział do 20 osób.

WESELA, KOMUNIE, KONSOLACJE I INNE UROCZYSTOŚCI ORAZ PRZYJĘCIA OKOLICZNOŚCIOWE

Obowiązuje zakaz organizacji tego typu wydarzeń.

KLUBY NOCNE, DYSKOTEKI I INNE MIEJSCA UDOSTĘPNIONE DO TAŃCZENIA

Obowiązuje zakaz działalności takich miejsc.

Wyjątkiem są: sportowe kluby taneczne.

TARGI, WYSTAWY, KONGRESY, KONFERENCJE

Targi, wystawy, kongresy i konferencje mogą odbywać się wyłącznie on-line.

OPIEKA I EDUKACJA

EDUKACJA

Uczniowie:

- klas IV-VIII szkół podstawowych,
- wszystkich klas szkół ponadpodstawowych,

Aktualne zasady i ograniczenia

Wpisany przez Operator
środa, 04 listopada 2020 08:08 -

- słuchacze placówek kształcenia ustawicznego,
- centrów kształcenia zawodowego

uczą się zdalnie.

Nowe zasady funkcjonowania szkół i placówek będą obowiązywały do niedzieli, **8 listopada 2020 r.**

Ważne! Przedszkola i klasy I-III szkół podstawowych funkcjonują bez zmian.

ŻŁOBKI I PRZEDSZKOLA

Dzieci pracujących rodziców mogą uczęszczać do żłobków lub przedszkoli. Organy prowadzące te placówki mogą je prowadzić, mając na uwadze wytyczne Głównego Inspektoratu Sanitarnego, a także Ministerstwa Edukacji Narodowej oraz Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.

Ważne! Ze względu na sytuację epidemiologiczną organ prowadzący może ograniczyć liczebność grupy przedszkolnej lub ograniczyć liczbę dzieci objętych opieką w żłobkach.

Ważne! Jednostka samorządu terytorialnego na podstawie dotychczasowych przepisów ogólnych może zamknąć wszystkie żłobki i przedszkola na swoim terenie.

GOSPODARKA

CENTRA HANDLOWE I SKLEPY WIELKOPOWIERZCHNIOWE

W obiektach handlowych masz obowiązek noszenia rękawiczek lub dezynfekcji rąk oraz zakrywania ust i nosa.

LICZBA KLIENTÓW W SKLEPIE, NA TARGU I POCZCIE

Obowiązuje limit osób, które mogą przebywać w placówkach handlowych, na targu lub poczcie. Ograniczenia w sklepach są uzależnione od jego wielkości. Dla sklepów o powierzchni:

- do 100 m² - 5 osób na 1 kasę,
- powyżej 100 m² - 1 osoba na 15 m².

GODZINY DLA SENIORÓW

Od poniedziałku do piątku w godzinach 10:00 – 12:00 w sklepie, drogerii, aptece oraz na poczcie mogą przebywać wyłącznie osoby powyżej 60. roku życia.

Wyjątkiem jest sytuacja, gdy wydanie produktu leczniczego, wyrobu medycznego albo środka spożywczego specjalnego przeznaczenia żywieniowego następuje w sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia.

GASTRONOMIA

Obowiązuje zakaz działalności stacjonarnej restauracji. Możliwa jest jedynie realizacja usług polegających na przygotowywaniu i podawaniu żywności na wynos oraz w dowozie.

Stołówki szkole

Zakaz dotyczy także prowadzenia stołówek szkolnych. Wydawanie posiłków dozwolone jest jedynie dla klas 1-3 szkół podstawowych oraz kadry szkolnej z zachowaniem reżimu sanitarnego.

Ważne! Zajęty może być co drugi stolik. Odległość między stolikami musi wynosić co najmniej 1,5 m, chyba że między stolikami znajduje się przegroda o wysokości co najmniej 1 m, licząc od powierzchni stolika.

Restauracje hotelowe

Dozwolone jest prowadzenie restauracji w hotelach, ale tylko dla gości hotelowych nocujących co najmniej jedną dobę hotelową. Podawanie posiłków odbywa się wyłącznie do stolika i w reżimie sanitarnym (zakrywanie ust i nosa przez klientów i obsługę, zachowanie odległości itp.).

Ważne! Goście mogą zajmować co drugi stolik. Odległość między stolikami musi wynosić co najmniej 1,5 m, chyba że między stolikami znajduje się przegroda o wysokości co najmniej 1 m, licząc od powierzchni stolika.

SALONY FRYZJERSKIE, KOSMETYCZNE, TATUAŻU

W całym kraju salony urody, tatuażu, fryzjerzy, a także kosmetyczki działają w reżimie sanitarnym.

Aktualne zasady i ograniczenia

Wpisany przez Operator
środa, 04 listopada 2020 08:08 -

Stanowiska obsługi muszą znajdować się w odległości co najmniej 1,5 m od siebie, chyba że między tymi stanowiskami znajduje się przegroda o wysokości co najmniej 2 m od powierzchni podłogi.

Wśród zaleceń dla salonów urody znalazły się m.in.:

- używanie ręczników jednorazowych, gdy jest to możliwe;
- przyjmowanie klientów po wcześniejszym umówieniu się na wizytę telefonicznie lub online.

Ważne! W miejscu, w którym jest prowadzona taka działalność, przebywa wyłącznie obsługa oraz obsługiwani klienci (max. 1 osoba na 1 stanowisko obsługi, z wyjątkiem obsługi), a w przypadku, gdy klient wymaga opieki, także jego opiekun.

HOTELE

Działalność hoteli jest obecnie dopuszczalna, z wyłączeniem działalności klubów i dyskotek oraz miejsc udostępnionych do tańczenia.

Stosuje się przepisy dotyczące kongresów, gastronomii oraz działalności kulturalnej czy sportowej – jeśli taka jest świadczona w hotelu itp. Baseny, centra fitness oraz siłownie – dostępne są tylko dla gości hotelowych przebywających z hotelu co najmniej jedną dobę hotelową.

SPORT I REKREACJA

SIŁOWNIE, KLUBY I CENTRA FITNESS, BASENY ORAZ AQUAPARKI

Obecnie zawieszona jest działalność basenów, aquaparków, siłowni, klubów i centrów fitness, z wyłączeniem tych, które:

- działają w podmiotach wykonujących działalność leczniczą przeznaczonych dla pacjentów,
- są przeznaczone dla osób uprawiających sport w ramach współzawodnictwa sportowego, zajęć sportowych lub wydarzeń sportowych,
- są przeznaczone dla studentów i uczniów – w ramach zajęć na uczelni lub w szkole.

Obiekty te mogą działać w hotelach wyłącznie dla gości, których pobyt wynosi co najmniej jedną dobę hotelową.

Zakaz obejmuje też działalność usługową związaną z poprawą kondycji fizycznej, mającą na celu poprawę samopoczucia, tj. łaźnie tureckie, sauny i łaźnie parowe, solaria, salony odchudzające, salony masażu itp.

SPORTOWE KLUBY TANECZNE

Obowiązuje zakaz prowadzenia działalności polegającej na udostępnieniu miejsca do tańczenia organizowanego w pomieszczeniach lub w innych miejscach o zamkniętej przestrzeni. Z zakazu wyłączone są sportowe kluby taneczne.

TRENINGI NA OTWARTEJ PRZESTRZENI I WSPÓŁZAWODNICTWO SPORTOWE

Osoby uprawiające sport w ramach współzawodnictwa sportowego są zwolnione z obowiązku

zakrywania ust i nosa.

Z tego obowiązku nie są zwolnione osoby, które uprawiają sport rekreacyjnie, chyba, że np. biegają na terenie lasów, parku, zieleńca, ogrodu botanicznego, ogrodu zabytkowego, rodzinnego ogródka działkowego i plaży.

WSPÓŁZAWODNICTWO I WYDARZENIA SPORTOWE

W całym kraju współzawodnictwo sportowe, zajęcia sportowe i wydarzenia sportowe są organizowane bez udziału publiczności.

W zajęciach, wydarzeniach sportowych oraz współzawodnictwie sportowym (z wyłączeniem pól golfowych, kortów tenisowych, stajni, stadnin i torów wyścigowych dla koni, infrastruktury do sportów wodnych i lotniczych, których nie dotyczą ograniczenia co do maksymalnej liczby osób) może uczestniczyć nie więcej niż 250 uczestników jednocześnie, nie licząc osób zajmujących się obsługą wydarzenia.

ZWOLNIENIE Z OBOWIĄZKU KWARANTANNY DLA UCZESTNIKÓW MIĘDZYNARODOWYCH ZAWODÓW SPORTOWYCH

Zwolnienie z obowiązku kwarantanny dla osób spoza UE dotyczy:

- zawodników,
- członków sztabu szkoleniowego,
- lekarzy, fizjoterapeutów,

- sędziów,
- akredytowanych dziennikarzy.

Zwolnienie dotyczy osób, które biorą udział w zawodach organizowanych przez:

- międzynarodową federację sportową działającą w sporcie olimpijskim lub paraolimpijskim lub inną uznaną przez Międzynarodowy Komitet Olimpijski,
- międzynarodową organizację sportową o zasięgu kontynentalnym należącą do federacji sportowej
- polski związek sportowy.

Ważne! Osoby, które przekraczają polską granicę, muszą przedstawić Straży Granicznej pismo wystawione przez organizatora zawodów sportowych. Może to być także – poświadczony przez właściwy w danym sporcie polski związek sportowy – dokument zawierający dane dotyczące odbywania się zawodów sportowych, ich terminu oraz charakteru uczestnictwa.

OŚRODKI PRZYGOTOWAŃ OLIMPIJSKICH OTWARTE DLA SPORTOWCÓW

Zawodnicy mogą przygotowywać się do najważniejszych imprez rangi międzynarodowej w Ośrodkach Przygotowań Olimpijskich. (Spała, Wałcz, Zakopane, Cetniewo, Szczyrk i Giżycko).

SANATORIA, UZDROWISKA, REHABILITACJA

Sanatoria i działalność uzdrowiskowa jest zawieszona, z możliwością dokończenia już rozpoczętych turnusów. Wyjątkiem są przypadki, w których zaprzestanie rehabilitacji grozi poważnym pogorszeniem stanu zdrowia pacjenta.

Normal 0 21 false false false PL X-NONE X-NONE

/* Style Definitions */ table.MsoNormalTable
{mso-style-name:Standardowy; mso-tstyle-rowband-size:0; mso-tstyle-colband-size:0;
mso-style-noshow:yes; mso-style-priority:99; mso-style-parent:""; mso-padding-alt:0cm
5.4pt 0cm 5.4pt; mso-para-margin-top:0cm; mso-para-margin-right:0cm;
mso-para-margin-bottom:8.0pt; mso-para-margin-left:0cm; line-height:107%;
mso-pagination:widow-orphan; font-size:11.0pt; font-family:"Calibri",sans-serif;
mso-ascii-font-family:Calibri; mso-ascii-theme-font:minor-latin; mso-hansi-font-family:Calibri;

Aktualne zasady i ograniczenia

Wpisany przez Operator
środa, 04 listopada 2020 08:08 -

mso-hansi-theme-font:minor-latin; mso-bidi-font-family:"Times New Roman";
mso-bidi-theme-font:minor-bidi; mso-fareast-language:EN-US;}