

# Od marca łagodniejsze zasady bezpieczeństwa

## Od 1 marca

Przestaną obowiązywać m.in. wszystkie limity osób – w tym w sklepach, restauracjach, miejscach kultury, transporcie, a także podczas spotkań i imprez.

Ponownie zostaną otwarte dyskoteki, kluby i inne miejsca udostępnione do tańczenia.

**Ważne! Od 1 marca wciąż będziemy musieli przestrzegać niektórych obostrzeń. To m.in. zasady dotyczące noszenia maseczek, izolacji, kwarantanny dla współdomownika oraz kwarantanny przyjazdowej (dla osób bez ważnego UCC).**

Zakrywanie nosa i ust za pomocą maseczki w przestrzeniach zamkniętych

Pamiętaj, że maseczkę musisz nosić w takich miejscach jak autobus, sklep czy kino. Obecnie nos i usta można zasłaniać tylko za pomocą maseczki. Chusty i szalki nie są dozwolone, ponieważ nie spełniają swojej podstawowej funkcji, czyli nie chronią przed wirusem!

Izolacja w przypadku zakażenia COVID-19

Jeśli zachorujesz, bez zmian będziesz musiał poddać się izolacji. Izolacja to odosobnienie osoby zakażonej COVID-19 z pozytywnym wynikiem testu.

Izolacja trwa 7 dni, jeżeli nie wystąpiły u Ciebie objawy COVID-19. Lekarz POZ może podjąć decyzję o konieczności jej przedłużenia, jeżeli Twój stan zdrowia będzie tego wymagał.

Inne zasady izolacji obowiązują Cię, jeśli wykonujesz zawód medyczny, jesteś żołnierzem lub funkcjonariuszem. Twoja izolacja trwa:

7 dni (od dnia uzyskania pierwszego dodatniego wyniku testu w kierunku SARS-CoV-2),

lub 5 dni (jeżeli wynik testu wykonany nie wcześniej niż w piątej dobie jest negatywny).

**Kwarantanna dla współdomownika osoby zakażonej COVID-19**

Kwarantanna to odosobnienie osoby zdrowej, z powodu ryzyka zakażenia. Takie ryzyko istnieje, jeśli mieszkasz z osobą, która jest zakażona koronawirusem.

Jeśli mieszkasz z osobą chorą, Twoja kwarantanna trwa tyle, ile izolacja Twojego współdomownika.

Przez 30 dni od zakończenia choroby osoby, które zakończyły izolację lub hospitalizację nie zostaną objęte kwarantanną z powodu zamieszkiwania z osobą objętą izolacją.

Co ważne: jeśli jesteś zaszczepiony i uzyskałeś negatywny wynik testu, zostaniesz zwolniony z kwarantanny, jeśli nie jesteś zaszczepiony, możesz zostać zwolniony z kwarantanny w przypadku uzyskania negatywnego wyniku testu po zakończeniu izolacji osoby, z którą mieszkasz.

Więcej na ten temat przeczytasz na naszej stronie.

**Kwarantanna przyjazdowa (dla osób bez ważnego UCC)**

Kwarantanna obowiązuje Cię także kiedy wracasz z zagranicy (tylko w sytuacji, kiedy nie masz ważnego UCC) i trwa 7 dni.