



- **Lekarz może wystawić Ci e-receptę i e-zwolnienie**

- **Lista placówek POZ udzielających teleporad w Twojej okolicy jest dostępna na stronie NFZ:**

<https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-centrali/teleporady-dotyczace-koronawirusa-w-przychodniach,7621.html>

- **Więcej o e-zdrowiu na [www.pacjent.gov.pl](http://www.pacjent.gov.pl)**  
Dowiedz się więcej na [www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)  
Infolinia NFZ **800 190 590**



- **W weryfikacji przestrzegania kwarantanny pomagają funkcjonariusze policji - mogą Cię odwiedzić w czasie kwarantanny**

- **ZA NIEPRZESTRZEGANIE KWARANTANNY GROZI GRZYWNA W WYSOKOŚCI 30 000 zł**

**ROLNIKU!**

**MASZ SPRAWĘ? ZADZWOŃ LUB WYŚLIJ E-MAILEM**  
Zminimalizuj możliwość zarażenia się **koronawirusem**, załatwaj sprawy zdalnie.

**INFORMACJE**

jak to zrobić znajdziesz **na stronach:**



**ARIMR** [www.arimr.gov.pl](http://www.arimr.gov.pl)

**KOWR** [www.kowr.gov.pl](http://www.kowr.gov.pl)

**KRUS** [www.krus.gov.pl](http://www.krus.gov.pl)

**GŁÓWNY INSPEKTORAT WETERYNARII**  
[www.wetglw.gov.pl](http://www.wetglw.gov.pl)

**INSPEKCJA JAKOŚCI HANDLOWEJ ARTYKUŁÓW ROLNO-SPOŻYWCZYCH**  
[www.ijhrs.gov.pl](http://www.ijhrs.gov.pl)

**PAŃSTWOWA INSPEKCJA OCHRONY ROŚLIN**  
[www.piorin.gov.pl](http://www.piorin.gov.pl)

**CENTRUM DORADZTWA ROLNICZEGO W BRWINOWIE**  
[www.cdr.gov.pl](http://www.cdr.gov.pl)

**#ZOSTAJEWDOMU**



GOV.PL/ROLNICTWO



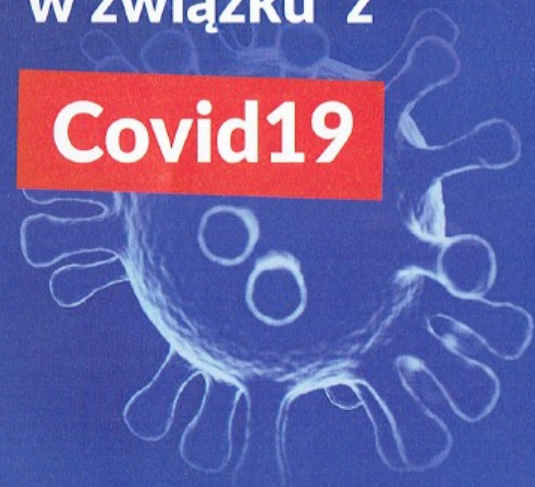
**INFORMACJA**

Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi,  
Głównego Inspektora Sanitarnego  
oraz Głównego Lekarza Weterynarii

**dla rolników**

**poddanych kwarantannie domowej w związku z**

**Covid19**



**Jeśli odbywasz kwarantannę w domu, czyli jesteś zdrowy, ale miałeś kontakt z osobą chorą lub właśnie wróciłeś z zagranicy - bezwzględnie stosuj się do poniższych zaleceń przez 14 dni.**




- Nie opuszczaj terenu swojego gospodarstwa. Możesz zajmować się inwentarzem na jego terenie. Możesz uprawiać swoje pole.

**Według dostępnej wiedzy choroba nie przenosi się z człowieka na zwierzęta gospodarskie oraz zwierzęta domowe - psy i koty.**

● Nie wychodź do sklepu.

● Nie spotykaj się z innymi osobami i nie zapraszaj nikogo do domu.

● Jeśli mieszkasz z rodziną, w miarę możliwości ogranicz z nimi kontakt i zachowaj bezpieczny odstęp wynoszący min. 2 metry.



- Używaj oddzielnych naczyń niż pozostałe osoby przebywające w mieszkaniu.

- Jeśli masz możliwość, korzystaj z osobnej łazienki/toalety niż pozostali domownicy. Jeśli nie masz takiej możliwości, **po skorzystaniu z toalety/łazienki zdezynfekuj ją dostępnym środkiem czystości.**

- Wietrz mieszkanie kilka razy dziennie.

- **Zachowuj zasady higieny.**

- **Często myj ręce i dezynfekuj powierzchnie dotykowe** takie jak: blaty, klamki, telefony.

- Mierz temperaturę ciała min. 2 razy dziennie i zapisuj wyniki pomiarów.

- W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu lub duszności niezwłocznie **skontaktuj się telefonicznie** z powiatową stacją sanitarno-epidemiologiczną lub **zgłoś się na oddział zakaźny najbliższego szpitala, unikając transportu publicznego** (jeśli to możliwe swoim samochodem).

- Udzielaj informacji o swoim stanie zdrowia dzwoniącym do Ciebie pracownikom Państwowej Inspekcji Sanitarnej.

- **W przypadku potrzeby** kontaktu z lekarzem **skorzystaj z teleporady** (dzwoń do lekarza ze swojej poradni zdrowia).

