

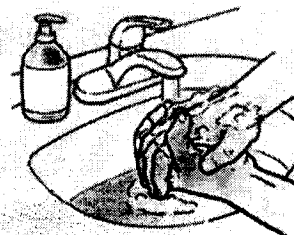
# COVID-19 - Reguli pentru persoanele aflate în carantină

## ✓ Respectați următoarele reguli generale:

**Respectați programul de carantină și instrucțiunile indicate de personalul medical!**



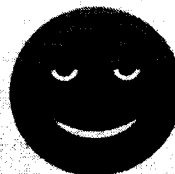
**Spălați-vă pe mâini foarte des, cu apă și săpun, cel puțin 20 de secunde!**



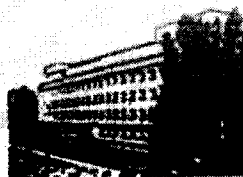
**Evitați pe cât posibil contactul apropiat cu celelalte persoane aflate în carantină.**



**Încercați să vă mențineți calmul și să reacționați suportiv față de persoanele cu care veniți în contact!**



**Informați-vă utilizând doar sursele oficiale - Ministerul Sănătății [www.ms.ro](http://www.ms.ro) și Institutul Național de Sănătate Publică [www.insp.gov.ro](http://www.insp.gov.ro) -**



**Anunțați imediat personalul medical în cazul în care prezentați simptome (febră, tuse, dificultate la respirație, durere în gât)**



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII




INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ

# COVID-19 - Măsurile pentru persoanele aflate în izolare la domiciliu

Dacă ați călătorit în ultimele 14 zile într-o zonă afectată de noul coronavirus (SARS CoV-2)

Sau

Ați intrat în contact cu o persoană confirmată cu COVID-19

**✓ Aveți obligația de a nu părăsi domiciliul declarat atât dvs. cât și persoanele care locuiesc la aceeași adresă pe o perioadă de 14 zile** 

**Respectați următoarele reguli generale:**

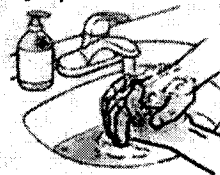
Evitați contactul apropiat cu celelalte persoane din locuință, izolați-vă într-o cameră separată pe cât posibil



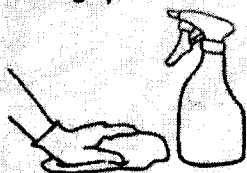
Acoperiți-vă gura și nasul cu șervețel de unică folosință sau cu plica cotului când tușiți sau strănutați!



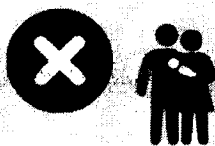
Spălați-vă cât mai des pe mâini cu apă și săpun timp de cel puțin 20 de secunde!



Curățați și dezinfecțați zilnic suprafețele pe care le atingeți frecvent!



Nu părăsiți domiciliul și Nu primiți vizitatori acasă în cele 14 zile



Informați-vă zilnic doar din sursele autorizate (ex: Ministerul Sănătății, Institutul Național de Sănătate Publică)



Și

**Dacă apare unul dintre aceste simptome:**

TUSE



FEBRĂ



DIFICULTĂȚI LA RESPIRAȚIE



DURERE ÎN GÂT



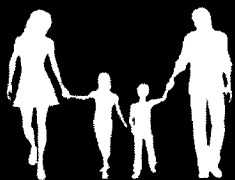
**Sunați la 112**



MINISTERUL SĂNĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂȚATE PUBLICĂ



# COVID-19 - Reguli de transmis elevilor și părinților

## ✓ Respectați următoarele reguli generale:

Spălați-vă cât mai des pe mâini cu apă și săpun cel puțin 20 de secunde! Este obligatoriu să vă spălați pe mâini: înainte să mâncați, înainte și după ce ați folosit toaleta, înainte să vă atingeți ochii, gura, nasul!



Evitați să atingeți suprafețele folosite în comun de mai multe persoane!



Încercați să păstrați cel puțin 1 metru distanță față de o persoană care tușește sau strănută!



Evitați pe cât posibil zonele aglomerate!



Nu duceți copilul la școală dacă prezintă oricare dintre următoarele simptome: febră, tuse, strănut, dificultate în respirație, dureri musculare.



Evitați pe cât posibil contactul cu persoane bolnave!



În cazul în care ați călătorit în ultimile 14 zile într-o zonă afectată de noul coronavirus (SARS CoV-2) sau ați intrat în contact cu o persoană confirmată cu COVID-19 și prezentați simptome (febră, tuse, dificultate la respirație, durere în gât), sunați la 112!

TUSE



FEBRĂ



DIFICULTĂȚI LA RESPIRAȚIE



DURERE ÎN GÂT



Informați-vă doar din surse oficiale publicate pe site-ul Ministerului Sănătății ([www.ms.ro](http://www.ms.ro)) sau al Institutului Național de Sănătate Publică ([www.insp.gov.ro](http://www.insp.gov.ro))!



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ



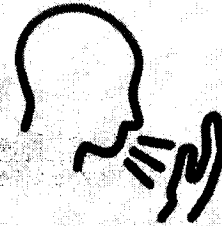
# COVID-19 - Reguli pentru persoanele care folosesc transportul în comun

✓ Respectați următoarele reguli generale:

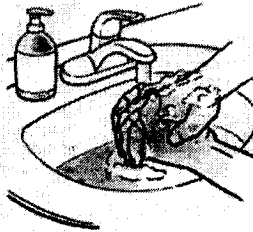
Evitați pe cât posibil utilizarea mijloacelor de transport în comun dacă prezentați semne ale unei infecții respiratorii (aveți febră, tușiți, strănutați)!



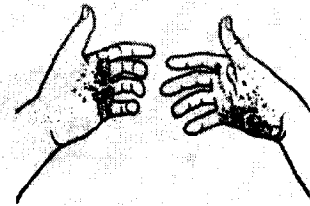
Încercați să păstrați cel puțin 1 m distanță față de o persoană care tușește sau strănută!



Spălați-vă pe mâini imediat ce ajungeți acasă/birou cu apă și săpun cel puțin 20 de secunde!



Evitați să vă atingeți ochii, nasul sau gura cu mâinile înainte să vă spălați pe mâini!



Acoperiți-vă gura și nasul cu șervețel de unică folosință sau cu plica cotului când tușiți sau strănutați!



Purtați mască DOAR dacă prezentați semne ale unei infecții respiratorii



Informați-vă doar din surse oficiale publicate pe site-ul Ministerului Sănătății ([www.ms.ro](http://www.ms.ro)) sau al Institutului Național de Sănătate Publică ([www.insp.gov.ro](http://www.insp.gov.ro))!



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ

## **Recomandari de conduita in prevenirea raspandirii coronavirusului (COVID-19) - Grupul de Comunicare Strategica**

**Avand in vedere necesitatea unor clarificari suplimentare asupra recomandarilor de conduita in prevenirea raspandirii coronavirusului (COVID-19), Grupul de Comunicare Strategica pune la dispozitie raspunsuri pentru o serie de intrebari ridicate in spatiul public:**

### **1. Care este diferenta dintre carantina si autoizolarea la domiciliu?**

- Carantina se instituie pentru toate persoanele care nu prezinta simptome dar care se intorc din zonele cu transmitere comunitara extinsa a noului coronavirus (COVID-19).
- Carantina va dura o perioada de 14 zile si va fi organizata in spatii special amenajate, puse la dispozitie de autoritatea locala, in colaborare cu Directia de Sanatate Publica.
- Autoizolarea se instituie pentru persoanele care nu prezinta simptome dar:
  - au calatorit in ultimele 14 zile in regiuni/localitati din zonele afectate de COVID-19, altele decat cele cu transmitere comunitara extinsa
  - au intrat in contact direct cu persoanele cu simptome si care au calatorit in zone cu transmitere comunitara extinsa
  - au intrat in contact direct cu persoanele care au fost confirmate cu coronavirus (COVID-19).
- membrii de familie ai unei persoane care se incadreaza in una dintre situatiile de mai sus
- Aceste persoane se vor autoizola la domiciliu pentru o perioada de 14 zile de la data intoarcerii din calatorie, respectiv de la data ultimului contact cu o persoana simptomatica/confirmata. In acest timp, vor fi monitorizate de catre medicul de familie sau, in lipsa acestuia, de catre Directia de Sanatate Publica.
- Lista zonelor cu transmitere comunitara extinsa si a celor afectate se actualizeaza de fiecare data cand este nevoie si poate fi consultata pe pagina <https://www.cnscbt.ro/> sub titlatura: „Lista zonelor cu transmitere comunitara extinsa si a altor zone afectate de COVID 19”

### **2. Daca un membru al familiei este in autoizolare, masura se aplica si pentru sot/sotie sau copii?**

- Autoizolarea se aplica tuturor membrilor familiei si persoanelor care locuiesc la acelasi domiciliu, pentru o perioada de 14 zile de la data intoarcerii din calatorie, respectiv de la data ultimului contact cu o persoana simptomatica/confirmata.
- Toti au obligatia de a NU parasii domiciliul declarat, in care se afla de la

momentul autoizolării.

- Dacă restul familiei nu dorește să intre în izolare alături de persoana care a călătorit, atunci se solicită către Direcția de Sănătate Publică intrarea acesteia în carantină instituționalizată. Această opțiune este posibilă numai în cazul în care persoana NU a avut anterior contact cu familia!

### **3. Ce măsuri de igienă individuală trebuie să respecte persoanele autoizolate?**

- Să evite contactul apropiat cu celelalte persoane din locuința sa, dacă este posibil, să se izoleze într-o cameră separată.
- Să NU primească vizitatori în perioada de autoizolare la domiciliu.
- Să se spele pe mâini cu apă și săpun, timp de cel puțin 20 de secunde, ori de câte ori este necesar (după utilizarea toaletei, înaintea pregătirii mesei, etc).
- Să curățe și să dezinfecteze zilnic toate suprafețele pe care le atinge frecvent (ex: mese, clante, obiecte de mobilier, bateria/robinetele de la chiuveta, alte obiecte care pot fi atinse și de alte persoane).
- Să își acopere gura și nasul cu servetel de unică folosință sau cu o țesătură atunci când strănută sau tuse, sau să strănute și să tusească în plică cotului. Batista se aruncă imediat la cosul de gunoi, în sac de plastic, după care se spală pe mâini cu apă și săpun timp de 20 de secunde.
- Să aerisească cât mai bine toate încăperile casei. Spațiile comune ale casei (bucătărie, baie) trebuie să fie bine aerisite!
- Să țină legătura zilnic cu medicul de familie și să-l informeze asupra evoluției tuturor membrilor familiei.
- Să sune la numărul unic de urgență 112 în cazul în care apare cel puțin unul din următoarele simptome: tuse, febră, dificultăți la respirație, durere în gât – să își acopere nasul și gura cu o mască de protecție.
- De asemenea, persoanele se pot informa cu privire la noul coronavirus la TELVERDE 0800 800 358. TELVERDE este pentru informare, nu este pentru urgențe.

### **4. Ce se întâmplă dacă vreun membru al familiei prezintă simptome sau are o altă urgență medicală în timp ce se află în autoizolare?**

- În cazul în care, pe parcursul celor 14 zile, vreun membru al familiei prezintă simptome sugestive pentru infecția cu coronavirus (febră, tuse, dificultate în respirație) sau prezintă orice altă urgență medicală, contactați medicul de familie și/sau sunați la 112. Menționați, obligatoriu, că vă aflați în situația de autoizolare la domiciliu!
- Limitați cât mai mult posibil contactul apropiat – la mai puțin de 1 metru, pentru mai mult de 15 minute – acoperiți-vă gura și nasul cu batista când tușiți sau strănutăți! Spălați-vă pe mâini cu apă și săpun imediat, purtați mască de protecție.

- Așteptati sosirea ambulantei, care va va transporta pana la centrul de boli infectioase cel mai apropiat, unde se poate efectua testarea pentru coronavirus. Acolo veti fi izolat pana la obtinerea rezultatelor.
- Daca rezultatul este negativ, veti fi adus inapoi la domiciliu si veti continua autoizolarea pana la 14 zile.
- Daca rezultatele sunt pozitive, se vor aplica procedurile specifice pentru cazurile de infectie cu coronavirus.
- Pentru alte urgente medicale, personalul de la ambulanta / SMURD vor lua deciziile ce se impun in acord cu reprezentantii DSP.

### **5. Cum sunt sprijinite persoanele aflate in autoizolare?**

- Persoanele aflate in autoizolare pot fi ajutate in aprovizionarea cu apa si alimente de catre rude si/sau prieteni.
- Daca este necesar, persoanele aflate in autoizolare pot solicita sprijinul Comitetelor judetene pentru situatii de urgenta si autoritatilor locale pentru aprovizionare cu alimente, apa, masti de protectie.
- Autoritatile locale vor decide, de la caz la caz, modul de operare implicand si organizatiile non-guvernamentale (ex: Crucea Rosie)

### **6. Cum ajung alimentele si bunurile necesare la persoanele aflate in autoizolare?**

- Alimentele si bunurile necesare sunt aduse la domiciliul persoanelor aflate in autoizolare.
- Persoanele autoizolate le vor prelua fara a intra in contact cu personalul care face aprovizionarea, pastrand o distanta de minimum 2 metri fata de acesta.
- Practic, alimentele si bunurile sunt lasate la intrarea in domiciliu (usa apartamentului/poarta casei) si sunt preluate de catre persoana aflata in izolare doar dupa ce cealalta persoana s-a retras.
- Este recomandat ca attentionarea asupra furnizarii alimentelor sau produselor sa se faca pe cale telefonica, si nu prin atingerea usii/clantei/soneriei.
- Pe cat posibil, persoanele autoizolate vor purta masca de protectie care le va acoperi nasul si gura (masca medicala cu elastic prins in spatele urechilor) atunci cand preiau produsele/bunurile primite la domiciliu.

### **7. Dupa perioada de 14 zile, persoanele aflate in autoizolare pot parasi domiciliul?**

- Persoanele care au sosit din alte zone decat cele care necesita carantinare pot parasi domiciliul numai dupa cele 14 zile de autoizolare, daca nu prezinta niciun simptom. In aceste cazuri, NU este necesara testarea pentru coronavirus.

- Persoanele care au intrat in contact direct cu caz confirmat cu COVID-19 vor fi testate in prima zi de autoizolare si inaintea terminarii perioadei de autoizolare. Pot parasii domiciliul numai daca rezultatele finale sunt negative.
- Persoanele aflate in autoizolare vor primi la finalul celor 14 zile de autoizolare aviz epidemiologic de la DSP, care sa ateste ca pot reveni in colectivitate.
- La iesirea din autoizolare, mergeti in consult la medicul de familie pentru a va elibera concediul medical si/sau adeverintele pentru scoala.
- Ramaneti vigilenți si respectati in continuare recomandarile generale privind prevenirea infectiei cu coronavirus sau alt tip de gripa.

### **8. Aceste persoane beneficiaza de scutiri sau concedii medicale?**

- In primul rand, este important sa contactati angajatorul si/sau unitatea de invatamant pentru a-i instiinta ca va aflati in autoizolare la domiciliu.
- La finalul perioadei de autoizolare, elevii si studentii beneficiaza de scutire medicala, iar persoanele angajate, de concediu medical.
- Concediul medical va fi eliberat de catre medicul de familie, dupa iesirea din izolare, in baza certificatului DSP, nemaifiind nevoie de adeverinta de la angajator. Conform prevederilor OUG 158/2005 si art. 60 (2) din Normele de aplicare, in cazul concediilor medicale pentru carantina, angajatul nu este obligat sa depuna la angajator certificatul pentru luna anterioara pana in data de 5 a lunii in curs, ci pana la sfarsitul lunii in curs. Astfel, angajatul poate depune certificatul pentru concediul medical dupa iesirea din izolare/carantina.
- Cuantumul brut lunar al indemnizatiei pentru carantina reprezinta 75% din baza de calcul, la fel ca in cazul concediilor medicale acordate pentru o boala obisnuita.
- Durata concediilor pentru carantina nu diminueaza numarul zilelor de concediu medical acordate unui asigurat pentru celelalte afectiuni si nu se aplica restrictia de 10 zile valabila pentru concediul si indemnizatia pentru incapacitate temporara de munca, cauzata de boli obisnuite sau de accidente in afara muncii.