



## PRAKTICKÉ RADY PRO OBČANY – KORONAVIRUS

**Hygienické zásady** – myjte si často ruce mýdlem, několikrát denně alespoň 30 vteřin. Nemůžete si umýt ruce? Použijte dezinfekci. Používejte jednorázové kapesníky, nekašlejte a nekýchejte do dlaní (nejlépe do kapesníku nebo do ohybu paže).

**Musíte mimo domov?** Mějte zakrytá ústa a nos, ideálně respirátorem nebo rouškou. Nepodávejte si ruce. Po návratu domů důkladně umyjte ruce mýdlem a horkou vodou.

**Krizové opatření vlády** - od 16. 3. 2020 je zakázán volný pohyb osob (s výjimkou cesty do práce, nákupu potravin, léků a nezbytných potřeb, nezbytných cest za rodinou, procházek do přírody apod.). Je nutné dodržet pravidlo odstupů cca 2 metry – nesdružovat se!!!!

Pokud potřebujete něco na úřadě nebo u lékaře, ověřte si nejprve, v jakých časech a za jakých podmínek se Vám mohou věnovat – často pracují v omezeném režimu.

- tel. na Váš obecní úřad:

- tel. na praktického lékaře v obci:

**Je Vám nad 70 let, trpíte chronickým onemocněním?** Pokud to není nezbytně nutné, nevycházejte z domu. obraťte se na starostu své obce, který Vám pomůže s nákupy, zajištěním léků a dalšími nezbytnými úkony.

**Omezení autobusové dopravy** – od 16. 3. 2020 – provoz jako o letních prázdninách.

**Nemůžete do práce?** Pokud je překážka na straně zaměstnavatele (např. uzavření pracoviště z preventivních důvodů), máte nárok na průměrnou mzdu.

**Jste v karanténě?** Máte nárok na náhradu mzdy, jako když jste nemocní.

**Nemáte hlídání pro děti?** Máte nárok na ošetřovné po dobu devíti dnů (ošetřovné při péči o dítě do 10 let z důvodu uzavření výchovného zařízení (školy). Tiskopis vydává a potvrzuje škola. Rodiče samoživitelé mají nárok na ošetřovné po dobu 16 dní (vláda jedná o změně doby čerpání). Náleží Vám náhrady mzdy ve výši 60 % průměrné mzdy. Ošetřování mohou čerpat i zaměstnaní prarodiče, ale musí žít s dítětem ve společné domácnosti. Ošetřovné můžete čerpat i na nemocné rodiče a handicapované osoby, které nemohou pobývat ve stacionáři. OSVČ jsou bez nároku na ošetřovné (vláda jedná o změně).

**Potřebujete nutně do města?** Pokud nutně potřebujete do města (k lékaři, nákup potravin nebo léků,...) a jedete hromadnou dopravou (linkový autobus, vlak, MHD), zakryjte si ústa a nos ideálně respirátorem nebo rouškou, nebo alespoň šálou, šátkem, kapesníkem, nákrčníkem,...

Otevřené zůstávají lékárny, prodejny potravin, lékařských potřeb, drogerie, servis výpočetní techniky a elektroniky, látek, zahrádkářských potřeb a potřeb pro zvířata.

Roušku si můžete vyrobit sami z látky, utěrky, papírového kapesníku apod. (lepší něco, než nic!!!!) – prodejny s látkami jsou otevřené.

**BUĎTE, PROSÍM, NA SEBE I NA OKOLÍ OHLEDUPLNÍ A OPATRNÍ, DODRŽUJTE HYGIENICKÉ ZÁSADY, ZŮSTÁVEJTE CO NEJVÍCE DOMA. NESDRUŽUJTE SE!!!**

