

## REGULAMENT PENTRU PERSOANELE AUTOIZOLATE LA DOMICILIU

Autoizolarea se instituie pentru persoanele care nu prezintă simptome, dar:

- au călătorit în ultimele 14 zile în regiuni/ localități din zonele afectate de COVID-19, altele decât cele cu transmitere comunitară extinsă;
- au intrat în contact direct cu persoanele cu simptome și care au călătorit în zone cu transmitere comunitară extinsă;
- au intrat în contact direct cu persoanele care au fost confirmate cu coronavirus;
- sunt membrii de familie ai unei persoane care se încadrează în una dintre situațiile de mai sus.

Persoanele aflate în autoizolare sunt persoane sănătoase / asimptomatice cu un potențial scăzut de pericol de transmitere a bolii sau sunt membrii de familie ai acestora, care locuiesc la aceeași adresă.

Aceste persoane se vor autoizola la domiciliu pentru o perioadă de 14 zile de la data întoarcerii din călătorie sau de la data ultimului contact cu o persoană simptomatică sau la care infecția cu coronavirus a fost confirmată. În acest timp, vor fi monitorizate de către medicul de familie sau, în lipsa acestuia, de către Direcția de Sănătate Publică.

Zonele galbene (statele cu peste 500 de cazuri confirmate de infecție cu coronavirus Covid-19) impun autoizolarea la domiciliu timp de 14 zile.

Lista zonelor de risc (galbene și roșii) se actualizează de fiecare dată când este nevoie și poate fi consultată pe pagina [cnscbt.ro](http://cnscbt.ro) sub titlatura: „Lista zone afectate”.

### **ORDONANȚA MILITARĂ nr. 2 din 21.03.2020 privind măsuri de prevenire a răspândirii COVID-19**

Art.7 (1) Persoanele izolate la domiciliu, ca măsură de prevenire a răspândirii COVID19, care părăsesc locația în care acestea au fost plasate, fără aprobarea autorităților competente, sunt considerate persoane cu risc crescut de contagiozitate și sunt conduse de forțele de ordine publică și plasate în carantină instituționalizată, sub pază.

(2) Persoanele carantinate, ca măsură de prevenire a răspândirii COVID-19, care părăsesc locația în care acestea au fost plasate, fără aprobarea autorităților competente, sunt carantinate pentru o nouă perioadă de 14 zile.

### **REGULI CARE VOR FI RESPECTATE DE CĂTRE PERSOANELE FAȚĂ DE CARE SE INSTITUIE MĂSURA AUTOIZOLĂRII**

1. Persoana aflată în autoizolare va contacta telefonic sau electronic angajatorul, precum și medicul de familie pentru a-i înștiința cu privire la instituirea măsurii de autoizolare la domiciliu.
2. Persoana aflată în autoizolare va anunța prietenii apropiați/rudele cu privire la instituirea măsurii de autoizolare la domiciliu și vor interzice orice vizite în următoarele 14 zile.
3. Pentru perioada în care o persoană se află în autoizolare se vor elibera adeverințe în scopul obținerii de concediul medical sau scutirea medicală, conform legii.
4. Atenție: toate persoanele care folosesc același spațiu de locuit și utilizează același grup sanitar (locuiesc la aceeași adresă), vor intra în autoizolare odată cu persoana izolată, pentru evitarea riscului transmiterii COVID-19.
5. Persoanele aflate în autoizolare la domiciliu vor respecta cu strictețe recomandările autorităților, NU vor părăsi sub nicio formă domiciliul pe perioada celor 14 zile, NU vor primi vizitatori și NU vor intra în contact apropiat cu eventualele persoane care furnizează servicii, alimente sau produse.
6. În cazul în care, pe parcursul celor 14 zile, persoana autoizolată sau un membru al familiei aflat în izolare prezintă simptome sugestive pentru infecția cu coronavirus (febră, tuse, dificultate în respirație) sau prezintă orice altă urgență medicală, se va contacta medicul de familie și/sau se va apela 112. Menționați, obligatoriu, că vă aflați în situația de autoizolare la domiciliu! NU ieșiți din casă pentru a merge la spital!
7. În cazul încălcării regimului autoizolării la domiciliu, există riscul: de a contamina pe alții / de a se răspândi virusul, fapte care se pedepsesc cu amendă de până la 200.000 de lei și dosar penal în cazul contribuției la răspândirea virusului.



8. Reguli de igienă:

- a. Spălați-vă 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),
- b. Acoperiți-vă gura și nasul cu șervețel de unică folosință sau cu o țesătură atunci când strănutăți sau tușiți, sau strănutăți și tușiți în pliu cotului. Aruncați batista imediat la coșul de gunoi, în sac de plastic, după care spălați-vă mâinile cu apă și săpun timp de 20 de secunde.
- c. Curățați și dezinfectați zilnic toate suprafețele pe care le atingeți frecvent (ex: mese, clanțe, obiecte de mobilier, bateria/robinetele de la chiuvetă, alte obiecte care pot fi atinse și de alte persoane).
- d. Aerisiți cât mai bine toate încăperile casei. Spațiile comune ale casei (bucătărie, baie) trebuie să fie bine aerisite!
- e. Dacă este posibil, țineți legătura telefonic cu medicul de familie și informați-l asupra evoluției tuturor membrilor familiei.
- f. Persoanele aflate în autoizolare se pot informa cu privire la noul coronavirus la TELVERDE 0800 800 358. TELVERDE este pentru informare, nu pentru urgențe.

9. Persoanele aflate în autoizolare pot fi ajutate în aprovizionarea cu apă și alimente de către rude și / sau prieteni și / sau comitetele județene pentru situații de urgență și / sau autoritățile locale. Autoritățile locale vor decide, de la caz la caz, modul de operare, ritmul de aprovizionare, valoarea alimentelor, având în vedere nevoile zilnice ale beneficiarilor, implicând și organizațiile non-guvernamentale (dacă acestea există). Persoanele aflate în autoizolare vor fi sprijinite prin aprovizionarea cu apă și alimente, în cantitate suficientă, raportat la numărul de beneficiari și la nevoile individualizate în funcție de vârstă (ex. sugarii hrăniți cu formulă de lapte vor primi hrana corespunzătoare). Se vor pune la dispoziție alimente greu și ușor perisabile folosite la prepararea hranei, aflate în termenul de valabilitate stabilit de producător, procurate din unități autorizate din punct de vedere sanitar. În cazul alimentelor perisabile sau a alimentelor care necesită condiții speciale de păstrare și / sau depozitare se vor respecta indicațiile menționate de producător. Pentru solicitări, altele decât cele referitoare la produse alimentare și apă, persoanele aflate în autoizolare pot fi sprijinite de către rude și / sau prieteni sau contra-cost de către terți (printr-o modalitate agreeată după ieșirea din autoizolare).

10. Modalitatea de livrare a alimentelor:

- a. Alimentele și bunurile necesare sunt aduse la domiciliul persoanelor aflate în autoizolare;
- b. Persoanele autoizolate le vor prelua fără a intra în contact cu personalul care face aprovizionarea, păstrând o distanță de minimum 2 metri față de acesta;
- c. Practic, alimentele și bunurile sunt lăsate la intrarea în domiciliu pe un suport aflat lângă ușa apartamentului/poarta casei și sunt preluate de către persoana aflată în izolare doar după ce persoana care face aprovizionarea s-a retras;
- d. Este recomandat ca atenționarea asupra furnizării alimentelor sau produselor să se facă pe cale telefonică, și nu prin atingerea ușii/clanței/soneriei; personalul care face aprovizionarea va urmări de la distanță ridicarea alimentelor de către persoana izolată, asigurându-se astfel că a avut loc intrarea în posesia acestora;

11. În cazul în care, în timpul perioadei de autoizolare, apar defecțiuni / disfuncționalități ale utilităților, persoana izolată va semnala furnizorilor problemele apărute. În cazul în care este necesară intervenția din partea furnizorilor, persoana izolată va preciza în momentul adresării solicitării, statutul de persoană aflată în autoizolare, pentru a permite pregătirea corespunzătoare a echipelor de intervenție. Se vor lua următoarele măsuri:

- a. În cazul în care nu este absolut obligatorie interacțiune directă, se va opera orice intervenție în spațiul exterior și / sau se vor preda echipamente, documente etc prin plasare la ușa apartamentului/poarta casei. Orice document se va semna cu instrument de scris propriu al persoanei autoizolate, NU cu cel al personalului de intervenție, pentru evitarea contaminării;
- b. Dacă este posibil și spațiul permite, la intrarea în locuință a echipelor de intervenții / poștaşului / curierului, persoana aflată în autoizolare se va plasa în altă cameră sau va purta mască de protecție (dacă există);
- c. Pe timpul intervenției se va păstra, pe cât posibil, o distanță mai mare de 2m între persoana izolată și personalul de intervenție, limitându-se timpul de expunere (recomandat sub 15 minute);



12. Persoana aflată în autoizolare va respecta normele de ordine publică. Nu se vor tolera adresarea de injurii, gesturi obscene sau acte de violență la adresa personalului care asigură livrarea alimentelor, a personalului medical, a personalului de ordine publică etc.

13. Deșeurile menajere vor fi pre colectate de persoanele aflate în autoizolare, în mod corespunzător și pot fi colectate de firmele autorizate, cu respectarea normelor de protecție sanitară;

14. La finalul celor 14 zile de autoizolare, persoanele vor primi adeverință de la DSP, în baza căreia se va elibera concediul medical și vor putea părăsi domiciliul. În această situație, NU este necesară testarea pentru coronavirus.

15. Lista persoanelor aflate în autoizolare este disponibilă la nivelul Centrului Județean de Conducere și Coordonare a Intervenției Bihor precum și la fiecare primărie din județul Bihor, fiind actualizată regulat;

#### **GESTIONAREA GRUPURILOR LA RISC CRESCUT**

- Autoritățile administrației publice locale au obligația să identifice și să țină evidența persoanelor în vârstă de peste 65 de ani, fără susținători sau altă formă de ajutor, și să asigure sprijin acestora în vederea minimalizării expunerii lor în afara locuințelor.

- Evidențele se actualizează și se raportează săptămânal la centrul județean de coordonare și conducere a intervenției.

- Comitetele locale, județene și al municipiului București pentru situații de urgență identifică modalități de sprijin pentru persoanele prevăzute mai sus.

- Modalități de sprijin a persoanelor vârstnice recomandate:

o ajutor în procurarea hranei și produselor de strictă necesitate,

▪ Alimentele și bunurile necesare vor fi aduse la domiciliul persoanelor vârstnice și vor fi lăsate la intrarea în domiciliu pe un suport aflat lângă ușa apartamentului/poarta casei de unde vor fi preluate de către persoana vârstnică doar după ce persoana care face aprovizionarea s-a retras;

▪ Este recomandat ca atenționarea asupra furnizării alimentelor sau produselor să se facă pe cale telefonică; personalul care face aprovizionarea va urmări de la distanță ridicarea alimentelor de către persoana vârstnică, asigurându-se astfel că a avut loc intrarea în posesia acestora;

o ajutor în procurarea medicamentelor,

o monitorizarea telefonică regulată cu privire la starea de sănătate, alte nevoi. În cazul în care, persoana vârstnică acuză simptome sugestive pentru infecția cu coronavirus (febră, tuse, dificultate în respirație) sau prezintă orice altă urgență medicală, se va contacta medicul de familie și/sau se va apela 112.

o asigurarea unui microclimat corespunzător al spațiului de locuit, în măsura posibilităților.

o promovarea în rândul persoanelor vârstnice a mesajelor cu caracter preventiv:

▪ Spălați-vă 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),

▪ Acoperiți-vă gura și nasul cu șervețel de unică folosință atunci când strănutați sau tușiți, sau strănutați și tușiți în pliul cotului. Aruncați șervețelul imediat la coșul de gunoi, în sac de plastic, după care spălați-vă mâinile cu apă și săpun timp de 20 de secunde.

▪ Aerisiți cât mai bine toate încăperile casei. Spațiile comune ale casei (bucătărie, baie) trebuie să fie bine aerisite și curățate!

▪ Dacă este posibil, țineți legătura telefonic cu medicul de familie și informați-l asupra evoluției stării de sănătate.

▪ Evitați orice deplasare în afara locuinței. În cazul în care se impune deplasarea, păstrați o distanță de cel puțin 1 metru între dumneavoastră și persoanele din apropiere - ideal, 2 metri și un timp de expunere sub 15 minute.

▪ Evitați contactul cu persoane care prezintă simptome respiratori

Persoanele vârstnice se pot informa cu privire la noul coronavirus la TELVERDE 0800 800 358. TELVERDE este pentru informare, nu pentru urgențe.