

Strona znajduje się w archiwum.



## WYCHODZISZ Z DOMU? ZASŁOŃ USTA I NOS!

Data publikacji 22.04.2020

**Od 16 kwietnia obowiązuje nakaz zasłaniania ust i nosa. Każdy, kto wychodzi z domu, musi zakryć te części twarzy. Może to zrobić za pomocą maseczki jednorazowej, maseczki materiałowej, chusty, apaszki czy szalika. Dzięki temu chroni siebie i innych. Osoby zakażone koronawirusem, które przechodzą chorobę bezobjawowo, nie będą nieświadomie zarażać innych.**

Obowiązek zasłaniania ust i nosa na terenie Polski obowiązuje do odwołania. Dotyczy wszystkich, którzy znajdują się:

w pojazdach komunikacji zbiorowej (autobusach, tramwajach, w metrze itp.),

w samochodach – dotyczy sytuacji, w których razem jadą osoby obce, to znaczy takie, które nie mieszkają z sobą (np. koledzy z pracy, sąsiedzi itp.),

**PRZYKŁAD:** Jadę samochodem z mamą, z którą mieszkam na co dzień. W takiej sytuacji nie musimy zasłaniać ust i nosa.

**PRZYKŁAD:** Podwożę samochodem koleżankę, z którą nie mieszkam na co dzień. Dla bezpieczeństwa mamy obowiązek zasłaniania nosa i ust podczas przejazdu.

na drogach i placach (dotyczy również osób jeżdżących np. rowerem lub hulajnogą),

w zakładach pracy (dotyczy osób, które mają styczność z osobami z zewnątrz – interesantami, klientami, obywatelami itp.),

**PRZYKŁAD:** Nie mogę pracować zdalnie, ale wszystkie zadania realizuję w pracy w swoim pokoju. Nie mam styczności z osobami spoza pracy. W takiej sytuacji nie mam obowiązku zasłaniania ust i nosa.

**PRZYKŁAD:** Pracuję na recepcji i muszę odbierać dokumenty od kurierów i klientów. Mam styczność z osobami z zewnątrz. W takiej sytuacji muszę zasłaniać usta i nos.

**Nie masz obowiązku zasłaniania ust i nosa w pracy, chyba że obsługujesz klientów zewnętrznych.**

w budynkach użyteczności publicznej (np. w urzędach, szkołach, uczelniach, przychodniach i szpitalach, na poczcie, w bankach i restauracjach),

w sklepach i na targowiskach,

w punktach usługowych,

na klatkach schodowych, w windach, pralniach i innych miejscach wspólnych, z których korzystają mieszkańcy bloków.

### **Ważne!**

Policjanci, strażnicy graniczni, kasjerzy w banku czy sprzedawcy w sklepie mogą zażądać od nas odkrycia twarzy w celu identyfikacji. Mamy obowiązek uczynić to na ich prośbę.

## **Ważne!**

Pracownicy sklepów i punktów usługowych mogą zakrywać twarz przy pomocy przyłbicy, jeśli wszystkie kasy, punkty sprzedaży, okienka itd. są oddzielone od klientów dodatkową przesłoną ochronną.

## **Małe dzieci, osoby chore i rolnicy. Kogo jeszcze nie obowiązuje nakaz zakrywania ust i nosa?**

Zakrywać usta i nos muszą co do zasady wszyscy. Wprowadzamy jednak kilka wyjątków. Wśród nich znajdują się:

dzieci do 4 lat,

osoby, które mają problemy z oddychaniem (okazanie orzeczenia lub zaświadczenia nie jest wymagane),

osoby, które same nie mogą założyć lub zdjąć ochrony z twarzy z powodu stanu zdrowia (okazanie orzeczenia lub zaświadczenia nie jest wymagane),

osoby poruszające się samochodem – jeżeli pasażerowie mieszkają ze sobą,

osoby poruszające się samochodem – jeżeli przebywa tam jedynie kierowca albo kierowca z dzieckiem do lat 4,

**pracownicy w zakładach pracy, budynkach użyteczności publicznej i obiektach handlowych. WAŻNE! Osoby, które bezpośrednio obsługują interesantów lub klientów w tych miejscach, mają jednak obowiązek zakrywania ust i nosa!**

kierowcy publicznego transportu zbiorowego i przewoźnicy prywatni – pod warunkiem, że są oddzieleni od pasażerów przesłoną,

duchowni sprawujący obrzędy religijne,

rolnicy wykonujący prace w gospodarstwie,

żołnierze Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej i wojsk sojusznicych, a także funkcjonariusze Służby Kontrwywiadu Wojskowego i Służby Wywiadu Wojskowego, wykonujących zadania służbowe.

## **Czym się ochronić? Nie tylko maseczką!**

Usta i nos możemy zasłonić za pomocą szalika, chusty, apaszki czy innym fragmentem odzieży. Nie ma nakazu korzystania wyłącznie z maseczek ochronnych.

Jeżeli jednak zdecydujemy się na maseczki, warto wiedzieć, po które najlepiej sięgnąć. Na co zwrócić uwagę?

Maseczki mogą być wykonane z tkanin:

bawełnianych,

bawełnianych z domieszką elastanu,

bawełnianych z lnem,

lnianych,

poliestrowych,

wiskozowych z domieszką poliestru,

poliamidowych z poliestrem,

fizeliny.

Maseczka powinna przylegać ściśle do twarzy, ale pozostawać wygodę noszenia i oddychania. Maseczki wielorazowe powinniśmy prać po każdym użyciu.

## **Jak samemu zrobić maseczkę?**

Możesz szybko i łatwo zrobić maseczkę własnoręcznie – skorzystaj z przykładowego wzoru wykrojnika, który znajdziesz na dole strony. Wystarczy kawałek materiału (tkaniny, z których powinna być wykonana maseczka, znajdziesz powyżej) oraz dwie gumki, np. recepturki. Jeżeli używasz lekkiego materiału, zwielokrotnij liczbę warstw tkaniny.

Maseczka powinna być wiązana z tyłu na troki lub mieć gumki umożliwiające założenie jej za uszy.

W części środkowej powinna zawierać zakładki (harmonijkę), które pozwolą dopasować ją do kształtu twarzy (i zakryć tym samym nos, usta i brodę).

Górna krawędź powinna być wzmocniona, aby umożliwić szczelne dopasowanie maseczki do nosa.

Rozmiar mierzony „na płasko” to co najmniej 17,5 cm x 9,5 cm.

[Wszystkie aktualne zasady bezpieczeństwa oraz obowiązujące obostrzenia ►](#)

Źródło: gov.pl

#### **KWP w Łodzi**

[16-latka nie stosowała się do obowiązku kwarantanny](#)  
[Rawianin nie przestrzegał zasad kwarantanny](#)  
[Pamiętamy o obowiązku zakrywania ust i nosa](#)  
[Policjanci rozdawali maseczki](#)  
[Policjanci rozdawali maseczki dla mieszkańców](#)

#### **KWP w Gdańsku**

[Starogardzcy policjanci rozdawali maseczki](#)  
[Akcja przekazywania maseczek ochronnych nad morzem](#)  
[Z maseczkami do mieszkańców regionu słupskiego](#)

#### **KWP w Gorzowie**

[Policjanci pomagają w walce z epidemią i wręczają maseczki](#)

#### **KWP we Wrocławiu**

[Policjanci rozdawali maseczki ochronne seniorom](#)  
[Policjanci rozdawali maseczki ochronne](#)  
[Policjanci rozdają mieszkańcom maseczki](#)  
[Wałbrzyscy policjanci rozdają mieszkańcom maseczki ochronne w ramach akcji „Maseczka zamiast mandatu”](#)  
[Harcerze przekazali maseczki świdnickim policjantom](#)  
[Policjanci rozdają maseczki ochronne](#)

#### **KWP w Szczecinie**

[Policjanci wręczali maseczki ochronne mieszkańcom powiatu gryfickiego](#)

#### **KWP w Lublinie**

[Przekazujemy maseczki mieszkańcom Lublina](#)  
[Policjanci rozdawali maseczki mieszkańcom powiatu zamojskiego](#)  
[Maseczki dla mieszkańców powiatu](#)

#### **KWP w Rzeszowie**

[Policjantki rozdawały maseczki ochronne mieszkańcom Przeworska](#)

#### **KWP w Bydgoszczy**

[Policjanci i strażnicy miejscy rozdawali maseczki](#)  
[Dron w służbie patrolowej](#)  
[Policjanci z Szubina patrolując miasto przekazują obywatelom maseczki](#)  
[Od dziś obowiązkowo zakrywamy usta i nos! W określonych sytuacjach](#)  
[Policjanci przekazali maseczki ochronne bezdomnym](#)

#### **KWP w Radomiu**

[Zakrywanie ust i nosa od dzisiaj obowiązkowe](#)

#### **KWP w Opolu**

[Stosujemy się do zasad i obostrzeń, dbajmy o zdrowie nasze i najbliższych](#)

[„Widzialna ręka” wyciągnięta do policjantów](#)

[Gromadzili się - zostali ukarani przez sanepid](#)

[Maseczki ochronne od policyjnej Pełnomocnik ds. Ochrony Praw Człowieka](#)

[Policjanci rozdawali maseczki mieszkańcom](#)

[Epidemia koronawirusa - nowe zasady bezpieczeństwa](#)

[Policjanci rozdawali maseczki, wspierając inicjatywę społeczną Urzędów Miejskich](#)

#### **KWP w Krakowie**

[Akcja „maseczka dla juniora”](#)

[Wszedł do sklepu bez maseczki ochronnej i awanturował się. Interweniowali pracownicy sklepu i](#)

[Policja](#)

[Tarnowscy policjanci rozdają maseczki seniorom](#)

[Zlekceważyli obostrzenia, aby wspólnie napić się piwa](#)

[Noś maseczki, nie daj się wirusowi](#)

#### **KWP w Katowicach**

[Maseczki od wojkowickich stróżów prawa](#)

[Od dziś obowiązkowo zakrywamy usta i nos w miejscach ogólnodostępnych](#)

[Policjanci rozdawali maseczki i przypominali o obowiązku ich noszenia](#)

[Katowiccy policjanci rozdawali maseczki osobom bezdomnym](#)