

Do miejsc kwarantanny kieruje Sanepid

Do miejsc kwarantanny, na podstawie danych z przejść granicznych kierują Stacje Sanitarno Epidemiologiczne.

Wszystkie informacje w tym zakresie są udzielane pod numerami telefonów:

!!! WAŻNE INFORMACJE DLA OSÓB WRACAJACYCH Z ZAGRANICY !!!

**OSOBY Z TERENU POWIATU LIMANOWSKIEGO,
KTÓRE WRÓCIŁY
Z ZAGRANICY **PRZED 15 MARCA**
ZOBOWIĄZANE SĄ DO KONTAKTU
Z SANEPIDEM W LIMANOWEJ.
PROSZĘ DZWONIĆ (PON. - PT.) W GODZ. 7:30 - 14:30
tel. **18 337 21 01** wew. **308 lub 314****

OSOBY, KTÓRE WRÓCIŁY **PO 15 MARCA
PROSIMY O KONTAKT (CAŁODOBOWO)
POD NUMEREM **666 909 124****

**STAROSTWO POWIATOWE W LIMANOWEJ PRZEKAZAŁO POWIATOWEJ INSPEKCJI
SANITARNEJ W LIMANOWEJ**

5 DODATKOWYCH NR TELEFONÓW, NA KTÓRE MOŻECIE PAŃSTWO DZWONIĆ:

789 262 039

517 667 433

789 262 042

789 262 156

503 421 915



INNE NUMERY NIŻ WYŻEJ PODANE SĄ NIEAKTUALNE

Komunikat dla pacjentów Szpitala Powiatowego w Limanowej – Konsultacje

Ze względu na sytuację epidemiologiczną związaną z wirusem SARS-CoV-2, zgodnie z zaleceniami Narodowego Funduszu Zdrowia, Dyrekcja Szpitala Powiatowego w Limanowej Imienia Miłosierdzia Bożego podjęła decyzję o zawieszeniu do odwołania przyjmowania pacjentów do planowanych zabiegów i diagnostyki.

Wstrzymanie świadczeń nie dotyczy pacjentów w stanie zagrożenia życia lub zdrowia oraz pacjentów onkologicznych. Jednocześnie przypominamy, że obowiązuje do odwołania zakaz odwiedzin chorych. W sprawach pacjentów przebywających w Szpitalu, oraz w sprawach administracyjnych należy kontaktować się telefonicznie – wykaz numerów telefonów znajduje się na stronie internetowej Szpitala. Informujemy również, że planowane świadczenia diagnostyczne i ambulatoryjne zostają wstrzymane. Poradnia Chirurgii Ogólnej i Chirurgii Urazowo-Ortopedycznej przyjmuje pacjentów wymagających kontynuacji leczenia w ramach Oddziałów Zabiegowych i Szpitalnego Oddziału Ratunkowego. Pacjenci, którzy muszą skorzystać z porady ambulatoryjnej proszeni są o wcześniejszy kontakt telefoniczny pod numerem 18 33 01 710 w godzinach od 800 – 900.

Od dnia 18.03.2020r. Szpital Powiatowy im. Miłosierdzia Bożego w Limanowej w gabinecie Lekarza Opieki Całodobowej uruchomił Punkt Konsultacyjny w celu załatwienia pilnych spraw administracyjnych związanych z pobytem w oddziale. Uzyskanie porady wymaga wcześniejszego kontaktu telefonicznego

z sekretariatem oddziału. Telefony i godziny pracy poszczególnych oddziałów w Punkcie Konsultacyjnym przedstawiamy poniżej:

Nazwa oddziału	Godzina przyjęć	Telefon do kontaktu
Oddział Chorób Wewnętrznych	9 ⁰⁰ – 10 ⁰⁰	(18) 33 01 721
Oddział Pulmonologii	10 ⁰⁰ – 11 ⁰⁰	(18) 33 01 761
Oddział Ginekologiczno – Położniczy	11 ⁰⁰ – 12 ⁰⁰	(18) 33 01 700 wew. 817
Oddział Chirurgii Ogólnej	12 ⁰⁰ – 13 ⁰⁰	(18) 33 01 700 wew. 815
Oddział Chirurgii Urazowo-Ortopedycznej	13 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	(18) 33 01 700 wew. 811

Ze względu na sytuację epidemiologiczną związaną z wirusem SARS-CoV-2, zgodnie z zaleceniami Narodowego Funduszu Zdrowia, Dyrekcja Szpitala Powiatowego w Limanowej Imienia Miłosierdzia Bożego podjęła decyzję o zawieszeniu do odwołania zabiegów usunięcia zaćmy w ramach Oddziału Chirurgii Jednego Dnia. Po wznowieniu działalności Szpital skontaktuje się z pacjentami telefonicznie w celu ustalenia terminu.

źr.: Szpital Powiatowy w Limanowej

14- DNIOWA KWARANTANNA – CO OZNACZA?

Zapobiegaj rozprzestrzenianiu się koronawirusa. Przestrzegaj kwarantanny. Od Twojego zachowania zależy bezpieczeństwo innych!

Kwarantanna to izolacja osób zdrowych, które miały kontakt/styczność z osobami chorymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem. Jeśli wiesz, że miałeś kontakt z chorymi na COVID-19, skontaktuj się telefonicznie ze stacją sanitarno-epidemiologiczną.

**!!! WAŻNE INFORMACJE DLA OSÓB WRACAJĄCYCH
Z ZAGRANICY !!!**

OSOBY Z TERENU POWIATU LIMANOWSKIEGO,
KTÓRE WRÓCIŁY
Z ZAGRANICY **PRZED 15 MARCA**,
ZOBOWIĄZANE SĄ DO KONTAKTU
Z SANEPIDEM W LIMANOWEJ.
PROSZĘ DZWONIĆ (PON. - PT.) W GODZ. 7:30 - 14:30
☎ tel. 18 337 21 01 wew. 308 lub 314

OSOBY, KTÓRE WRÓCIŁY **PO 15 MARCA**
PROSIMY O KONTAKT (CAŁODOBOWO)
POD NUMEREM ☎ 666 909 124.

STAROSTWO POWIATOWE W LIMANOWEJ PRZEKAZAŁO POWIATOWEJ INSPEKCJI
SANITARNEJ W LIMANOWEJ

5 DODATKOWYCH NR TELEFONÓW, NA KTÓRE MOŻECIE PAŃSTWO DZWONIĆ:

789 262 039

517 667 433

789 262 042

789 262 156

503 421 915



INNE NUMERY NIŻ WYŻEJ PODANE SĄ NIEAKTUALNE

Automatyczna kwarantanna dla bliskich osób w kwarantannie

Od 1 kwietnia zostaje rozszerzona lista osób, która będzie podlegała obowiązkowej kwarantannie domowej. Będą nią objęci wszyscy, którzy mieszkają z osobą kierowaną na kwarantannę. Zasady będą obowiązywały osoby, które przebywają w jednym mieszkaniu z osobami kierowanymi na kwarantannę od 1 kwietnia 2020.

PRZYKŁAD Jeśli więc jeden z Twoich domowników (współlokatorów) poddany zostanie kwarantannie od 1 kwietnia 2020 z powodu:

powrotu z zagranicy

kontakty z zarażonym

– Ty również będziesz musiał ją odbyć.

Za złamanie zasady będą stosowane nowe kary – od 5 tys. do 30 tys. zł grzywny, a nawet ograniczenie wolności.

Główny Inspektorat Sanitarny przypomina zasady dotyczące opuszczania kwarantanny. Kwarantanna nakładana jest na okres

14 dni. Decyzja o kwarantannie wynika z:

- a) tytułu przekroczenia granicy po 15 marca 2020 r.
- b) może być przekazana ustnie przez pracownika sanepidu.

a) W przypadku przekroczenia granicy – kwarantanna obowiązuje przez okres 14 dni licząc od dnia następnego po dniu przekroczenia granicy. O jej rozpoczęciu i zakończeniu informuje Straż Graniczna w momencie przekroczenia granicy. Dane osób przekraczających granicę trafiają do systemu, który prowadzi wojewoda. W przypadku wątpliwości dotyczących prawidłowości dotyczących dat kwarantanny związanej z powrotem do kraju po 15 marca, należy kontaktować się z urzędem wojewódzkim.

b) W przypadku kwarantanny nakładanej przez sanepid – o jej nałożeniu informuje, również telefonicznie, pracownik sanepidu. Podczas informacji o nałożeniu kwarantanny pracownik sanepidu informuje o dacie jej zakończenia. Po dacie zakończenia kwarantanny, w przypadku braku objawów COVID-19, obywatel automatycznie może wrócić do pracy. Nie jest wymagane dodatkowe zaświadczenie od sanepidu.

Źródło: gis.gov.pl

[Aplikacja „Kwarantanna domowa” – ruszył proces jej udostępniania](#)

Kliknij w plakat i przeczytaj więcej:

Od 15 marca po powrocie do Polski będziesz zobowiązany(-a) poddać się **obowiązkowej 14-dniowej kwarantannie**

CO TO OZNACZA?



-  Kwarantanna obowiązkowa trwa około 14 dni od powrotu pod adres, który podałeś w formularzu zgłoszeniowym.
-  Jeśli nie masz możliwości odbywania kwarantanny w domu, będziesz ją odbywał(-a) w oddziale 0 przy szpitalu okręgowym (informacje uzyskasz podczas przekazywania danych). Będą to dla Ciebie pokoje i wyżywienie.
-  Jeśli będziesz odbywał(-a) kwarantannę w domu, stosuj się do poniższych zaleceń:
 - Nie wychodź z domu.
 - Nie odwiedzaj ani nie odwiedzaj gości.
 - Jeśli masz psa, smoka, kota lub innego zwierzę, do którego nie możesz wyjść z domu, kwarantannę przebiegaj w izolacji od zwierząt. Jeśli zwierzę, psia lub kotka, nie możesz wyjść z domu, zwierzę, smoka lub kota, nie możesz wyjść z domu.
 - Nie spotykaj się z innymi osobami i nie odwiedzaj ludzi z domu.
 - Jeśli mieszkasz w mieszkaniu, w którym mieszka kilka osób, nie możesz i nie możesz odwiedzić innych osób w mieszkaniu.
 - Wyjeżdżając do pracy lub szkoły, nie możesz używać transportu publicznego.
 - Jeśli masz możliwość, korzystaj z samochodu osobowego lub posiadaj(-a) samochód, jeśli nie masz samochodu osobowego, nie korzystaj z taksówek i taksówek online, nie korzystaj z komunikacji miejskiej.
 - Wskazywanie miejsca, do którego przyjeżdżasz.
 - Zachowaj ostrożność higieny.
 - Często myj ręce i dezynfekuj powierzchnie dotykane rękami (np. klamki, uchwyty, drzwi, meble).
 - Monitoruj temperaturę ciała minimum 2 razy dziennie.
 - W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu lub innych niepokojących objawów, zgłoś się do lekarza lub do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej lub zgłoś się na oddział 0 szpitala okręgowego.
 - W przypadku pojawienia się objawów choroby, poinformuj o tym Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną lub Powiatowe Centrum Zdrowia Publicznego.
 - W przypadku pojawienia się objawów choroby, poinformuj o tym Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną lub Powiatowe Centrum Zdrowia Publicznego.
 - W przypadku pojawienia się objawów choroby, poinformuj o tym Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną lub Powiatowe Centrum Zdrowia Publicznego.

Więcej informacji na www.gov.pl/kwarantanna Infolinia NSZ 800 190 590

Za nieprzebrnięcie kwarantanny grozi mandat karny w wysokości 5000 zł



CO POWINIENIŚ WIEDZIEĆ O KWARANTANNIE?

 Namierzona gorączka, kaszel, zmęczenie, ból głowy, ból mięśni, ból stawów, ból gardła, ból nosa, ból oczu, ból uszu, ból karku, ból szyi, ból pleców, ból łokci, ból nadgarstka, ból rąk, ból nóg, ból stóp, ból kolan, ból bioder, ból szyi, ból karku, ból szyi, ból pleców, ból łokci, ból nadgarstka, ból rąk, ból nóg, ból stóp, ból kolan, ból bioder.	 Jeśli nie masz możliwości odbywania kwarantanny w domu, będziesz ją odbywał(-a) w oddziale 0 przy szpitalu okręgowym (informacje uzyskasz podczas przekazywania danych). Będą to dla Ciebie pokoje i wyżywienie.	TRWA 14 DNI ale o tym decyduje lekarz
--	--	---

CZEGO NIE ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?

 Nie opuszczaj domu	 Nie spotykaj się z innymi osobami	 Nie korzystaj z transportu publicznego
--	---	--

Jeśli nie masz możliwości odbywania kwarantanny w domu, będziesz ją odbywał(-a) w oddziale 0 przy szpitalu okręgowym (informacje uzyskasz podczas przekazywania danych). Będą to dla Ciebie pokoje i wyżywienie.

CO ROBIĆ PODCZAS KWARANTANNY?

 Monitoruj temperaturę ciała minimum 2 razy dziennie	 W przypadku wystąpienia gorączki, kaszlu lub innych niepokojących objawów, zgłoś się do lekarza lub do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej lub zgłoś się na oddział 0 szpitala okręgowego.	
 Zachowaj ostrożność higieny	 Często myj ręce i dezynfekuj powierzchnie dotykane rękami (np. klamki, uchwyty, drzwi, meble).	

Dowiedz się więcej na www.gov.pl/kwarantanna Infolinia NSZ 800 190 590

Przypominamy, że osoby, które wróciły z zagranicy zobowiązane są do kontaktu z Powiatową Stacją Sanitarno – Epidemiologiczną w Limanowej. Szczegóły na plakacie poniżej:

II Powiatowy Kiermasz Wielkanocny !ODWOŁANY!

Informujemy, że w aktualnej sytuacji związanej z zagrożeniem koronawirusem, jesteśmy zmuszeni ODWOŁAĆ II Powiatowy Kiermasz Wielkanocy.

Zapraszamy na:

II Powiatowy

Kiermasz Wielkanocny

3 kwietnia / piątek / 2020 r.

PLAC PARKINGOWY

przy Starym Powiatowym w Limanowej

godz. 10:00 - 15:00

W programie m.in.:

• kiermasz rękodzieła (możliwość zakupu pisanek, palm wielkanocnych, stroików, obrusów, itp.)

- warsztaty dla dzieci z wykonywania palm wielkanocnych i pisanek

PATRONAT
MEDIALNY:



limanowa IN

ORGANIZATOR:



Powiat Limanowski

Rzecznik Praw Pacjenta o „alternatywnych” metodach walki z koronawirusem

Rzecznik Praw Pacjenta przypomina, że aktualnie nie ma szczepionki przeciw nowemu koronawirusowi. Wszelkiego rodzaju witaminoterapie, programy zdrowotne czy inaczej nazywane usługi, oferowane na rynku medycznym lub pozamedycznym – obiecujące skuteczną ochronę przed zakażeniem lub wyleczenie choroby wywoływanej przez koronawirus, nie mają pokrycia w dowodach medycznych.

Korzystanie z tego typu usług może okazać się niebezpieczne, kosztowne, a jednocześnie nie przyniesie oczekiwanego skutku.

Wykorzystywanie obecnej sytuacji, związanej z rozprzestrzenianiem się koronawirusa w Polsce, w celu osiągnięcia korzyści majątkowych jest wyjątkowo nieuczciwe i nieetyczne.

Rzecznik Praw Pacjenta podejmuje działania w opisywanym zakresie, stosownie do posiadanych kompetencji oraz kieruje zawiadomienia do odpowiednich organów.

Apelujemy do pacjentów o stosowanie się do zaleceń Ministra Zdrowia oraz Głównego Inspektora Sanitarnego:

<https://www.gov.pl/web/koronawirus>

<https://www.gov.pl/web/zdrowie>

źródło: Rzecznik Praw
Pacjenta: <https://www.gov.pl/web/rpp/rzecznik-praw-pacjenta-o-alternatywnych-metodach-walki-z-koronawirusem>

Co powinniśmy wiedzieć korzystając z placówek handlowych i usługowych

W związku z rozprzestrzenianiem się koronawirusa, Ministerstwo Rozwoju przygotowało zalecenia dla placówek handlowych i usługowych (w szczególności sklepów spożywczych, drogerii, placówek pocztowych, piekarni, pralni).

W obiektach handlowych i usługowych zaleca się:

1. Zwracać klientom uwagę na konieczność zachowania bezpiecznej odległości w kolejkach i przy kasie (przynajmniej 1-1,5m)
2. Nie obawiać się zwracać uwagi współpracownikowi i klientowi, aby nie kasłał i nie kichał w naszym kierunku ani na produkty spożywcze.
3. Promować dokonywanie płatności bezgotówkowych.
4. Promować regularne i dokładne mycie rąk przez pracowników obiektów wodą z mydłem lub ich dezynfekcję środkiem na bazie alkoholu (min. 60%), w szczególności:
 - Przed rozpoczęciem pracy;

- Przed kontaktem z żywnością, która jest przeznaczona do bezpośredniego spożycia, ugotowana, upieczona, usmażona;
 - Po obróbce lub kontakcie z żywnością surową, nieprzetworzoną;
 - Po zajmowaniu się odpadami/śmieciami;
 - Po zakończeniu procedur czyszczenia/dezynfekcji;
 - Po skorzystaniu z toalety;
 - Po kaszlu, kichaniu, wydmuchaniu nosa;
 - Po jedzeniu, picciu, lub paleniu;
 - Po kontakcie z pieniędzmi;
5. Ograniczać, w miarę możliwości, ekspozycję w punktach handlowych żywności nieopakowanej, przeznaczonej do bezpośredniego spożycia szczególnie pieczywa, ciast, a tam gdzie żywność nieopakowana jest pakowana przez konsumenta- zwracać uwagę na właściwą higienę
 6. Ograniczać możliwość przebierania i dotykania produktów, które są przeznaczone do spożycia bez mycia i obróbki termicznej (np. pieczywo, bułki, wyroby cukiernicze).
 7. Promować wykorzystywanie do pakowania rękawic foliowych oraz torebek.
 8. Wywiesić w widocznym miejscu informacje, jak skutecznie myć ręce.
 9. Upowszechniać wśród pracowników wiedzę z zakresu BHP.
 10. Zwrócić szczególną uwagę na rekomendacje, aby podczas wizyt w placówkach handlowych NIE dotykać dłońmi okolic twarzy zwłaszcza ust, nosa i oczu.
 11. Przestrzegać higieny kaszlu i oddychania. Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce, używając mydła i wody lub zdezynfekować je środkami na bazie alkoholu (min. 60%).
 12. Zapewnić, aby pomieszczenia handlowe były czyste i higieniczne:
 - powierzchnie dotykowe takie jak: kasy samoobsługowe, blaty, lady i stoły, klamki, włączniki światła, poręcze

i inne przedmioty (np. telefony, klawiatury, terminale płatnicze), a także wózki i koszyki muszą być regularnie wycierane środkiem dezynfekującym lub przecierane wodą z detergentem;

- wszystkie obszary często używane, takie jak toalety, pomieszczenia wspólne, powinny być regularnie i starannie sprzątane z użyciem wody z detergentem.

NIE zaleca się noszenia maseczek ochronnych przez osoby zdrowe!

Maseczki ochronne powinny nosić osoby chore, osoby opiekujące się chorymi oraz personel medyczny pracujący z pacjentami podejrzanymi o zakażenie koronawirusem.

źr.: gov.pl

Ostrzeżenie przed oszukańczymi ogłoszeniami związanymi z epidemią koronawirusa (COVID-19) pojawiającymi się w sieci

**Komenda Główna Policji wraz z FinCERT.pl
– Bankowe Centrum Cyberbezpieczeństwa ZBP
ostrzegają przed oszukańczymi**

ogłoszeniami związanymi np. potrzebą zapłaty za szczepionkę przeciwko koronawirusowi COVID-19, czy przejęciem przez NBP środków klientów zdeponowanych w bankach jako tzw. „rezerw krajowych NBP”.

Ostrzegamy przed fałszywymi informacjami dotyczącymi epidemii koronawirusa (COVID-19) nakłaniającymi klientów banków do dokonywania transakcji finansowych. Niniejsze ostrzeżenie jest adresowane do klientów wszystkich polskich banków.

Przestępcy używają jako tło swojej działalności komunikaty i fałszywe informacje związane z epidemią koronawirusa (COVID-19). Podszywają się pod instytucje zaufania publicznego takie jak banki, urzędy państwowe, centralne oraz lokalne.

W przesyłanych wiadomościach zawarte są linki prowadzące do stron przestępców, których jedynym zadaniem jest wyłudzenie loginów i haseł do bankowości internetowej, a także kodów autoryzacyjnych dających możliwość zatwierdzenia przelewów na rachunek przestępców. W niektórych przypadkach linki mogą prowadzić do stron zawierających złośliwy kod powodujący przejęcie urządzenia klienta, na którym otrzymał wiadomość.

Ofiary ataków, które nie zachowają ostrożności, mogą stracić swoje oszczędności. Ponadto, nieświadomi konsumenci ujawniając swoją tożsamość przestępcom mogą doprowadzić do wykorzystania jej do zawarcia w ich imieniu umów i w konsekwencji np. zaciągnięcia zobowiązań finansowych.

Rekomendacje:

- przypominamy, że jedynymi i prawdziwymi źródłami informacji są komunikaty przekazywane przez służby lub/i zamieszczane na oficjalnych stronach internetowych. W związku z koniecznością ograniczenia rozprzestrzeniania

się choroby zakaźnej COVID-19, wywoływanej przez koronawirusa, na bieżąco komunikaty przekazują również przedstawiciele najwyższych władz Państwa w mediach masowych;

- sprawdź w pasku przeglądarki, czy jej adres internetowy zgadza się z adresem strony Twojego banku. Jeśli adres jest inny niż zwykle, nie loguj się na tej stronie – nie podawaj tam swoich danych oraz powiadom o tym swój bank;
- zawsze czytaj bardzo uważnie treść każdego SMSa z kodem autoryzacyjnym lub treść komunikatu autoryzacyjnego przesłanego za pośrednictwem bankowej aplikacji mobilnej. Jeśli twój bank to umożliwi zamień SMSy na autoryzację za pośrednictwem aplikacji mobilnej.

Jeśli podejrzewasz, że jesteś ofiarą internetowego oszustwa, zgłoś to jak najszybciej do swojego banku, najbliższej jednostce Policji a następnie zespołowi reagowania na incydenty CERT.PL (pod adresem <https://incydent.cert.pl/>). Wskazane powyżej instytucje przekażą Ci informacje na temat kolejnych kroków/działań.

Pamiętaj!

W tym szczególnym okresie najskuteczniejszą metodą kontaktu z bankiem może okazać się przesłanie wiadomości e-mail. Ze względu na obostrzenia epidemiologiczne, które dotyczą także banków i ich pracowników czas połączenia telefonicznego z konsultantem może się wydłużyć. Staraj się zrozumieć tę sytuację. Twoje zgłoszenie mailowe będzie przeanalizowane i będą podjęte stosowne działania.

Komenda Główna Policji / FinCERT.pl – Bankowe Centrum Cyberbezpieczeństwa ZBP

Więcej porad pod adresem:

<https://www.zbp.pl/dla-klientow/bezpieczne-bankowanie/bezpieczne-zakupy-...>

<https://www.zbp.pl/dla-klientow/bezpieczne-bankowanie/bankowosc-internetowa>

<https://www.zbp.pl/dla-klientow/bezpieczne-bankowanie/Aktualnosci>

Poniżej zamieszczamy przykład fałszywej wiadomości sms, jak również strony internetowej:

Zgodnie z specustawa dt koronawirusa wszyscy obywatele RP beda szczepieni. Z refundacja koszt wynosi 70 PLN. Oplac, aby uniknac kolejek. <https://>

Login 

Profil Zaufany

Wsparcie żywieniowe - Koronawirus

Zgodnie z rozporządzeniem Ministerstwa Zdrowia dla każdego obywatela przysługuje wsparcie żywieniowe w związku z epidemią Koronawirusa.

Na jedną osobę przysługują:

- 20 l wody
- 3,5 kg chleba, produktów zbożowych, chleba, ciastek, makaronu i ryżu.
- 2,5 kg owoców w puszkach lub słoikach i orzechów
- 4 kg suchych roślin strączkowych i warzyw w puszkach lub słoikach
- 2,5 kg mleka i produktów mlecznych
- 1,5 kg mięsa, ryb i jajek, ewentualnie jajek w proszku (jeżeli jajka mają trwałość kilka dni, proszek kilka lat)

Sytuację towarzyszącą pandemii koronawirusa oszuści próbują również wykorzystać do swoich celów przekazując, głównie w mediach społecznościowych oraz za pomocą komunikatorów internetowych, **nieprawdziwe informacje** dotyczące rzekomych zagrożeń, działań służb państwowych, które nie mają miejsca czy nawołujące wprost do paniki. Są to niedopuszczalne i nieodpowiedzialne zachowania, nie mające żadnego oparcia w prawdzie.

Przypominamy, że jedynymi i prawdziwymi źródłami informacji są komunikaty przekazywane przez służby lub/i zamieszczone na oficjalnych stronach internetowych.

W związku z koniecznością ograniczenia rozprzestrzeniania się choroby zakaźnej COVID-19, wywoływanej przez koronawirusa, dbając o zdrowie i bezpieczeństwo wszystkich Polaków, na bieżąco komunikaty przekazują również przedstawiciele najwyższych władz Państwa.

Należy pamiętać, że każda decyzja czy wprowadzane jakiegokolwiek ograniczenia muszą mieć swoje oparcie w przepisach prawa, a następnie ogłoszone do wiadomości publicznej!

Apelujemy o rozwagę, rozsadek, odpowiedzialność oraz unikanie paniki!

Poniżej przykładowe #FakeNews-y:

Temat:PD:

"Czesc wszystkim.

Mam Info od kolezanki z Warszawy, ktora pracuje w administracji panstwowej.

Zrobcie zakupy, bo potem ceny moga byc zaboyczne w osiedlowych sklepikach ... 😞

„Wszystkie centra handlowe beda zamkniete od poniedzialku. Czynne beda tylko sklepy spozywcze. W niedziele bedzie oredzie prezydenta o wprowadzeniu stanu wyjątkowego. Warszawa ma byc podzielona na 3 strefy. Wojsko juz do Warszawy sie zjezdza. Wczoraj juz bylo bardzo duzo w Warszawie.”

Info z miasta :

w nocy z niedzieli na poniedziałek Warszawa będzie odcięta komunikacyjnie przez służby wojskowe (pociągi, trasy, samochody, przejścia piesze pomiędzy miastami itp itd) od reszty miast (nawet podmiejskich jak nadarzyn itp) i będzie uważana za strefę "czerwona".



Jakie wieści dostałem od znajomych?

- Tajna narada
- Warszawa zamknięta
- W pn. zamkną sklepy
- Zapadła decyzja o zamknięciu stacji benzynowych
- Banki będą zamknięte, wypłacaj z konta



źródło: KPP Limanowa

Koronawirus: ważne informacje dla osób z niepełnosprawnościami oraz ich opiekunów

Prosimy o zapoznanie się z ważnymi informacjami Ministerstwa Rodziny Pracy i Polityki Społecznej, Ministerstwa Zdrowia,

Państwowej Inspekcja Sanitarna i Narodowy Fundusz Zdrowia, dotyczącymi zasad ochrony przed koronawirusem.

Objawy i ryzyko zakażenia

Koronawirus powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania czy mówienia

Osoby u których wiek, stan zdrowia oraz inne okoliczności powodują obniżenie odporności, są w szczególny sposób zagrożone zakażeniem oraz skutkami ewentualnego zachorowania.

W grupie podwyższonego ryzyka zakażeniem koronawirusem i jego skutkami znajdują się osoby niepełnosprawne, w szczególności osoby u których przyczyną niepełnosprawnością są schorzenia układu krążeniowo – oddechowego, współwystępujące schorzenia różnych układów organizmu, czyli osoby z tzw. niepełnosprawnością sprzężoną oraz schorzenia powodujące znaczące osłabienie odporności, a także osoby, które z uwagi na trudności poznawcze posiadają obniżoną zdolność do dbania o higienę i profilaktykę zdrowotną.

Zasady profilaktyki

W sposób szczególny przestrzegaj zasad profilaktyki zdrowotnej i zdrowego stylu życia, z wyjątkowym uwzględnieniem tych zasad, które odnoszą się do jednostki chorobowej stanowiącej medyczne podłoże niepełnosprawności: stosuj zbilansowaną dietę lub/i suplementy zwiększające odporność organizmu, przyjmuj zleczone przez lekarza farmaceutyki, unikaj czynników ryzyka, jak wychłodzenie, nadmierne zmęczenie, używki.

Zachowaj zasady higieny oraz ostrożność korzystając z przedmiotów ortopedycznych, środków pomocniczych oraz innych przedmiotów i urządzeń ułatwiających codzienne funkcjonowanie.

Jeśli korzystasz z wózka inwalidzkiego, balkoników, kul oraz innego rodzaju przedmiotów ułatwiających poruszanie się, pamiętaj, że na ich powierzchnia mogą gromadzić się zanieczyszczenia będące nośnikami wirusa. Dlatego odpowiednio często myj ręce oraz dezynfekuj powierzchnię używanych przedmiotów i sprzętu. Dotyczy to również innego rodzaju sprzętu oraz wyposażenia pomieszczeń ułatwiających codzienne funkcjonowanie osób niepełnosprawnych.

Zachowaj zasady higieny korzystając z środków pomocniczych, takich jak zaopatrzenie urologiczne, środki chłonne i zabezpieczające, w szczególności jeśli wykonujesz czynności związane z korzystaniem z nich w miejscach publicznych, jak ogólnodostępne toalety.

Zajmując się zadaniami związanymi z wsparciem osób niepełnosprawnych w codziennym życiu, w szczególności w czynnościach takich jak mycie się, korzystanie z toalety, pielęgnacja ciała, ubieranie się, poruszanie się, w ścisły sposób przestrzegaj zasad higieny osobistej. W sytuacji podwyższonego ryzyka, np. wystąpienia niepokojących objawów mogących oznaczać infekcję, należy stosować środki ochronne oraz dezynfekcyjne i przede wszystkim skontaktować się z lekarzem.

Źródło: Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej/
PCPR Limanowa

WAŻNE! Komunikat dla osób wracających z zagranicy – NUMERY SANEPIDU

!!! WAŻNE INFORMACJE DLA OSÓB WRACAJĄCYCH Z ZAGRANICY !!!

**OSOBY Z TERENU POWIATU LIMANOWSKIEGO,
KTÓRE WRÓCIŁY
Z ZAGRANICY **PRZED 15 MARCA**
ZOBOWIĄZANE SĄ DO KONTAKTU
Z SANEPIDEM W LIMANOWEJ.
PROSZĘ DZWONIĆ (PON. - PT.) W GODZ. 7:30 - 14:30
tel. **18 337 21 01** wew. **308 lub 314****

OSOBY, KTÓRE WRÓCIŁY **PO 15 MARCA
PROSIMY O KONTAKT (CAŁODOBOWO)
POD NUMEREM **666 909 124****

**STAROSTWO POWIATOWE W LIMANOWEJ PRZEKAZAŁO POWIATOWEJ INSPEKCJI
SANITARNEJ W LIMANOWEJ**

5 DODATKOWYCH NR TELEFONÓW, NA KTÓRE MOŻECIE PAŃSTWO DZWONIĆ:

789 262 039

517 667 433

789 262 042

789 262 156

503 421 915



INNE NUMERY NIŻ WYŻEJ PODANE SĄ NIEAKTUALNE

WAŻNE! Informacja dla klientów urzędów na terenie powiatu limanowskiego

W dniu dzisiejszym (15.03) odbyło się spotkanie Zarządzania Kryzysowego z Wójtami i Burmistrzami z terenu powiatu limanowskiego.

Wspólnie została podjęta decyzja, że wszystkie urzędy pracują, ale są wyłączone z osobistej obecności klientów w urzędach. Wszystkie sprawy niecierpiące zwłoki będą załatwiane telefonicznie lub mailowo. Powyższe działanie podyktowane są dbałością o Państwa bezpieczeństwo. Bardzo prosimy o odpowiedzialne potraktowanie w/w decyzji.

Informujemy również, że wszystkie umówione elektronicznie wizyty w Wydziale Komunikacji i Transportu i Wydziale Budownictwa i Architektury Starostwa Powiatowego w Limanowej w związku z powyższym są nieaktualne. Można kontaktować się telefonicznie z danym wydziałem.

Poniżej zamieszczamy wszystkie potrzebne kontakty i informacje:

Starostwo Powiatowe w Limanowej
Józefa Marka 9, 34-600 Limanowa
tel. 18 33 37 800, fax. 18 33 37 880
e-mail: starostwo@powiat.limanowski.pl
czas pracy: poniedziałek – piątek: 7.30 – 15.30

ZAŁATW SPRAWĘ PRZEZ INTERNET [LINK](#)

NUMERY KONTAKTOWE:

Nazwa wydział	Numery kontaktowe
CENTRALA	18 33 37 800
Sekretariat Starosty	18 33 37 816 Fax. 18 33 37 880
Sekcja Obsługi Rady i Zarządu	Kierownik: 18 33 37 810 18 33 37 819
Powiatowy Rzecznik Konsumenta	18 33 37 822
Zespół Radców Prawnych	18 33 37 857
Wydział Finansowy	Dyrektor Wydziału: 18 33 37 878 Skarbnik Powiatu: 18 33 37 814 Główna Księgowa: 18 33 37 879 Kasa: 18 33 37 899
Wydział Organizacji i Zdrowia	Dyrektor: 18 33 37 804 Kancelaria Ogólna: 18 33 37 900 Kadry: 18033 37 807 Informatycy: 18 33 37 999 18 33 37 894
Sekcja Gospodarczo -Techniczna	Kierownik: 18 33 37 803 Parking: 18 33 37 886 Archiwum: 18 33 37 892
Wydział Bezpieczeństwa, Zarządzania Kryzysowego i Spraw Obywatelskich	Dyrektor: 18 33 75 805 18 33 37 910 Paszporty: 18 33 37 998

Nazwa wydział	Numery kontaktowe
Wydział Komunikacji i Transportu	Dyrektor: 18 33 37 809 Rejestracja Pojazdów: 18 33 37 885 Prawa Jazdy: 18 33 37 887 Obsługa transportu drogowego: 18 33 37 817
Wydział Edukacji i Sportu	Dyrektor: 18 33 37 812 18 33 37 852 18 33 37 851
Wydział Rozwoju Gospodarczego i Infrastruktury	Dyrektor: 18 33 37 906 Z-ca dyrektora: 18 33 37 863 18 33 37 806 18 33 37 923
Wydział Gospodarowania Nieruchomościami	Dyrektor: 18 33 37 859 18 33 37 840 18 33 37 858 18 33 37 919
Wydział Geodezji, Kartografii i Katastru	Dyrektor: 18 33 37 808 Z-ca dyrektora: 18 33 37 813 Sekretariat: 18 33 37 888 Oddział zamiejscowy: 18 33 19 819
Wydział Budownictwa i Architektury	Dyrektor: 18 33 37 815 Z-ca dyrektora: 18 33 37 905 18 33 37 870 18 33 37 890 18 33 37 867

Nazwa wydział	Numery kontaktowe
Wydział Ochrony Środowiska, Rolnictwa i Leśnictwa	Dyrektor: 18 33 37 904 18 33 37 854 18 33 37 877 18 33 37 875
Wydział Obsługi Obiektów Rekreacyjno-Sportowych	Dyrektor: 18 33 70 118 wew. 21 Administracja: wew. 22 Kasa: wew.23
Biuro Promocji, Kultury i Turystyki	Kierownik: 18 33 37 921 18 33 37 901 Punkt Informacji Turystycznej: 18 33 75 800
Biuro ds. Pozyskiwania Środków Zewnętrznych	Kierownik: 18 33 37 897 18 33 37 903
Biuro Kontroli Wewnętrznej	18 33 37 860
Biuro Zamówień Publicznych	18 33 37 872
Audytor Wewnętrzny	18 33 37 810
Inspektor Ochrony Danych	18 33 37 835
Powiatowy Zespół Do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności	tel: 18 33 37 824 fax: 18 33 37 825
Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie	Dyrektor: 18 33 37 828 PFRON: 18 33 37 825 Rodziny Zastępcze: 18 33 37 827
Powiatowy Zarząd Dróg	Sekretariat: 18 33 37 831
Powiatowy Urząd Pracy	Sekretariat: 18 33 37 850