

**Aktuálně – pátek 20.3.2020:**

**Pokud lidé nebudou dodržovat vládní nařízení ohledně karantény, mohla by vláda zakázat vycházení úplně, uvedl Prymula pro deník Právo.**

Od pátečního rána platí změna v pravidlech pro nakupování. Nově jsou prodejny potravin a drogerie od 7 od 9 hodin vyhrazené pro seniory. Ještě ve čtvrtek měli vyhrazené hodiny mezi desátou a dvanáctou. Do lékáren se nově může bez ohledu na věk kdykoli.

**Od nedělní půlnoci je celá Česká republika v karanténě. Vláda ji na zem uvalila zatím na osm dní, tedy do úterý 24. března. Zakázala tím volný pohyb osob na veřejnosti. Co to ale přesně znamená? Kam tedy smíte?**

**Článek**

Celorepubliková karanténa, kterou včera v noci vláda na celou zem uvalila, mnohé děsí. Rozhodně to ale neznamená, že nesmíte následující dny vystrčit nos z bytu, cílem karantény není zavřít lidi do „domácího vězení“, ale omezit jejich pohyb venku na minimum.

**Tady máte stručný a jasný přehled toho, kam smíte.**

## **1. Do práce a z práce**

Samozřejmě platí doporučení, že zaměstnavatelé a firmy by měly svým zaměstnancům umožnit práci na dálku, tedy z domova, pokud to charakter jejich činnosti dovoluje.

V ostatních případech ale i přes vyhlášenou karanténu můžete jít či jet do práce a následně z práce. Platí to samozřejmě jak pro zaměstnance, tak pro podnikatele. MHD nijak omezeno není, autobusy, tramvaje či metro normálně jezdí. Byly zrušeny modré parkovací zóny, takže můžete jet i autem a volně parkovat u svého zaměstnání.

## **2. Na nákupy**

Nemusíte si dělat divoké zásoby, dojít si na nákup také můžete. Pro potraviny, do lékárny, do drogerie, prostě pro věci potřebné k běžnému životu. Samozřejmě se ale očekává, že tento pohyb omezíte na nezbytné minimum a bylo by vhodné, aby nakupoval vždy jen jeden člen domácnosti. Velké rodinné nákupy, kdy si vyrazíte do obchodu s dětmi, nyní nejsou rozumné. Stejně tak by bylo slušné dodržovat základní hygienické zásady a udržovat si od ostatních lidí bezpečný odstup.

A například lékárny byste nyní měli využívat skutečně pro nákup léků, nikoli si tam chodit pro kosmetiku či zubní kartáčky. Koneckonců, o to zákazníci poprosila i Česká lékárnická komora.



### 3. K lékaři

Výjimku mají i návštěvy lékaře a lékařských zařízení. A to i v případě, že k doktorovi například doprovázíte někoho z rodiny, kdo potřebuje vaši pomoc (jdete s dítětem nebo pomáháte třeba staré mamince). Opět se ale očekává, že v rámci slušnosti a osobní zodpovědnosti nebudete lékaře zahlcovat věcmi, které nespěchají. Karanténa jednoduše není vhodný čas na to, abyste si stihli oběhat všechna preventivní vyšetření, které jste doposud měsíce odkládali.

### 4. K veterináři

Výjimka se pak vztahuje i na návštěvu veterinářů a veterinárních klinik, i tam můžete. I vaši domácí mazlíčci mají samozřejmě nárok na lékařskou péči. Obzvláště na klinikách, pro něž je typická plná čekárna, není ale od věci třeba předem zavolat a domluvit si návštěvu na určitou hodinu, abyste předešli tomu, že se v ordinaci sejdete s větším počtem lidí.

### 5. Na návštěvu za blízkými

Karanténa samozřejmě zakazuje veškeré sdružování, návštěvy, večírky a podobně. Ale výjimka se vztahuje na nezbytné cesty za osobou příbuznou či blízkou, které například obstaráváte nákup, pomáháte jí s domácností nebo prostě jedete zkontrolovat staré rodiče.

### 6. Na poštu, do banky či na úřad

I tahle místa můžete během karantény navštívit, ale samozřejmě k tomu musíte mít pádný důvod. Tím je například občanský průkaz, kterému končí platnost za pár dní, nikoli ten, na jehož výměnu máte ještě půl roku. Jednoduše řečeno, podobně jako v případě lékařů, karanténa není „dovolená“, kterou využijete na oběhání věcí, na něž jste doposud neměli čas a odkládali je. Chod úřadů, pošt a bank je nepřerušen proto, aby mohli lidé řešit neodkladné věci.

### 7. Do přírody či do parku

Dobrou zprávou je i to, že můžete vyrazit na procházku. Třeba do lesa, do parku a podobně. Dokonce to odborníci i doporučují, protože čerstvý vzduch je jedna z nejlepších věcí, které pro svou imunitu můžete udělat.

**Ale pozor, rozhodně se tímhle nemyslí, že se sejdete s deseti kamarády v parku, posadíte se vedle sebe na lavičku a budete popíjet. Opět platí, že i na procházce byste měli od ostatních udržovat odstup, zbytečně se nesdružovat, omezit styky s ostatními, jak jen to jde.**

V rámci procházek samozřejmě můžete i vyvenčit psa, ale i v tomto případě byste se měli snažit vyhnout většímu množství lidí, nesdružovat se, nepovídat si s ostatními pejskaři a podobně.

### 8. Na benzinku

Samozřejmě můžete i zajet na pumpu, ale opravdu jen proto, abyste si doplnili nádrž. Není to „náhrada“ za zavřené hospody, kde postojíte, koupíte si Coca-Colu v plechovce a „pokecáte“ s prodavačkou nebo ostatními nakupujícími.

### 9. Na pohřeb

Výjimky z karantény myslí i na situace, kdy se chcete rozloučit se zesnulým. Na pohřeb můžete, ale opět byste se měli snažit dodržovat zásady hygieny a bezpečný odstup. V těchto chvílích je to asi nejtěžší, ale buďte stateční a zodpovědní.



# Senioři by měli co nejvíce omezit vycházení ven

REDAKCE SEZNAM / MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ ČR

Foto: Profimedia.cz

Ilustrační foto.

16. 3. 17:10

**Nejohroženější skupinou jsou senioři. Kam mohou volat, kdo jim vyzvedne důchod nebo jak si obstarají nákup? Odpovědi naleznete níže v textu.**

**Článek**

Senioři patří k nejohroženějším skupinám, smrtnost u lidí nad 60 let je totiž asi čtyřprocentní, a u lidí nad 80 let dokonce patnáctiprocentní (oproti smrtnosti 0,4 procenta u lidí do padesáti let).

Nejlepší prevencí tak je vycházet z domu co nejméně, ideálně vůbec.

## Kam volat, když si nevím rady, mám strach nebo pociťuji příznaky?

Veškeré otázky a nejasnosti týkající se koronaviru by vám měli zodpovědět na třech nově zřízených infolinkách Státního zdravotního ústavu: 724810106, 725191367, 725191370. Mohou být ale přetížené a může chvíli trvat, než se na ně dovoláte. V takovém případě zachovejte klid, nepanikařte a buďte trpěliví.

Základní informace poskytují i speciálně zřízené infolinky jednotlivých zdravotních pojišťoven:

VZP: 952 222 222

VoZP: 844 888 888

ČPZP: 810 800 800

OZP: 261 105 555

ZP ŠKODA: 800 209 000

ZPMV: 844 211 211



Pokud pociťujete příznaky, necítíte se dobře a podobně, určitě nikam nechod'te a nejezděte. Můžete zavolat buď svému praktickému lékaři, který má veškeré potřebné informace, a poradí vám, co přesně dělat. Obrátit se můžete i na příslušnou krajskou hygienickou stanici, kde také poskytnou jasné instrukce, jak se zachovat.

Pokud je vám opravdu zle, můžete samozřejmě volat i linku 112, ale rozhodně je předem upozorněte, že pociťujete příznaky koronaviru. Tuto linku ale využívejte opravdu jen v krajní nouzi.

## **Kdo mi nakoupí potraviny či mi přinese potřebné léky?**

V tomto směru by se o vás měly postarat především vaše děti, k péči o seniory vybízí mladší generace i stát. Pokud to ale není možné (děti nemáte, jsou třeba v karanténě nebo vás dělí velká vzdálenost), nebojte se. Pomoci určitě mohou i sousedé.

Vyzvednout vám mohou i léky na předpis, pokud zavoláte svému lékaři a požádáte ho o zaslání elektronického předpisu. Lékař vám ho zašle na jakékoli mobilní číslo a dotyčný pak může léky bez problémů vyzvednout.

A pokud ani tohle nejde? Možností jsou nejrůznější donáškové služby, služby pečovatelských domů, využití služeb dobrovolníků či nejrůznějších organizací, center a klubů seniorů, kteří pomoc postupně nabízejí.

Například Nadační fond Jihočeské naděje spustil krizovou telefonní linku (722 233 500, 721 015 340), na které si mohou senioři nad 60 let z Českých Budějovic objednat nákup základních potravin. Zaplatí pouze za nákup, dovoz kurýrem mají zdarma.

Život 90 otevřel Koordinační centrum pro seniory z Prahy a nonstop linku pro pomoc v krizové situaci na telefonním čísle 739 477 609. Linky pomoci zřizují i obecní a městské úřady.

## **Potřebuji dezinfekci?**

Dezinfekční gely na ruce jsou samozřejmě formou prevence, ale především v situacích, kdy nemáte k dispozici vodu a mýdlo. Pokud jste doma, stačí, když si budete pravidelně (po použití toalety, po smrkání, kýchání, po příchodu z venku, po kontaktu s jinou osobou a podobně) a důkladně mýt ruce mýdlem.

## **Kdo mi vyzvedne důchod?**

Pravda, s důchodem to není tak jednoduché, převzít ho za vás podle zákona smí jen váš opatrovník, zvláštní příjemce důchodu (občan určený rozhodnutím obecního úřadu, třeba pokud důchodce není schopen ze zdravotních důvodů hospodařit s penězi) a na základě průkazu příjemce manžel žijící ve společné domácnosti. Domluvit se s poštou jinak nejde.

Pokud ale nepotřebujete nutně peníze, na poště na vás počkají až tři splátky důchodu, tedy si pro ně můžete dojít až za tři měsíce. Potom je ale pošta vrátí ČSSZ a ta výplatu důchodu zastaví do doby, než se důchodce u ní znovu o důchod přihlásí.



# **Usnesení vlády České republiky**

**ze dne 15. března 2020 č. 215**

## **o přijetí krizového opatření**

V návaznosti na usnesení vlády č. 194 ze dne 12. března 2020, kterým vláda v souladu s čl. 5 a 6 ústavního zákona č. 110/1998 Sb., o bezpečnosti České republiky, vyhlásila pro území České republiky z důvodu ohrožení zdraví v souvislosti s prokázáním výskytu koronaviru /označovaný jako SARS CoV-2/ na území České republiky nouzový stav a ve smyslu § 5 písm. a) až e) a § 6 zákona č. 240/2000 Sb., o krizovém řízení a o změně některých zákonů (krizový zákon), ve znění pozdějších předpisů, pro řešení vzniklé krizové situace, rozhodla o přijetí krizových opatření, tímto ve smyslu ustanovení § 5 písm. c) a § 6 odst. 1 písm. b) krizového zákona. Vláda s účinností ode dne 16. března 2020 od 00:00 hod. do dne 24. března 2020 do 06:00 hod.

## **I. zakazuje volný pohyb osob na území celé České republiky s výjimkou:**

- a) cest do zaměstnání a k výkonu podnikatelské nebo jiné obdobné činnosti,
- b) nezbytných cest za rodinou nebo osobami blízkými,
- c) cest nezbytně nutných k obstarávání základních životních potřeb (např. nákup potravin, léků a zdravotnických prostředků, hygienického zboží, kosmetiky a jiného drogistického zboží, krmiv a dalších potřeb pro zvířata) včetně potřeb příbuzných a osob blízkých, zajištění péče o děti, zajištění péče o zvířata, využívání nezbytných finančních a poštovních služeb, doplnění pohonných hmot,
- d) cest nezbytně nutných k zajištění potřeb a služeb podle písmene c) pro jinou osobu (např. dobrovolnictví, sousedská výpomoc),
- e) cest do zdravotnických zařízení a zařízení sociálních služeb včetně zajištění nezbytného doprovodu příbuzných a osob blízkých a zařízení veterinární péče,
- f) cest za účelem vyřízení neodkladných úředních záležitostí včetně zajištění nezbytného doprovodu příbuzných a osob blízkých,
- g) výkonu povolání nebo činností sloužících k zajištění
  1. bezpečnosti, vnitřního pořádku a řešení krizové situace,
  2. ochrany zdraví, poskytování zdravotní nebo sociální péče včetně dobrovolnické činnosti,
  3. individuální duchovní péče a služby,
  4. veřejné hromadné dopravy a další infrastruktury,
  5. služeb pro obyvatele včetně zásobování a rozvázkové služby,
  6. veterinární péče,
- h) pobytu v přírodě nebo parcích,
- i) cest zpět do místa svého bydliště,
- j) pohřbů;

## **II. nařizuje**

- a) osobám pobývajícím na území České republiky omezit pohyb na veřejně dostupných místech na dobu nezbytně nutnou a pobývat v místě svého bydliště s výjimkou případů uvedených v bodu I písm. a) až i),
- b) omezit kontakty s jinými osobami na nezbytně nutnou míru;

### **III. doporučuje**

#### **a) zaměstnavatelům**

- 1. využívat nejvyšší možnou měrou práci na dálku, pokud ji zaměstnanci mohou vykonávat v místě bydliště,
- 2. podporovat dovolené a placené volno pro zaměstnance a obdobné nástroje uvedené v kolektivní smlouvě,
- 3. omezit výkon prací, které nejsou významné pro zachování činnosti zaměstnavatele,
- b) zachovávat při kontaktu s ostatními osobami ve veřejných prostorách odstup nejméně 2 metry (např. při nákupu),

#### **c) využívat z hygienických důvodů přednostně bezhotovostní platební styk,**

#### **d) osobám zajišťujícím služby podle bodu I písm. g) omezit přímý kontakt se zákazníky,**

#### **e) provozovatelům veřejných služeb (např. obchody, nákupní centra, pošty), aby v prostorách svých provozoven a prostorách využívaných k přístupu do provozoven:**

- 1. vytvořili podmínky pro dodržování odstupu mezi osobami alespoň 2 metry,
- 2. zajistili zvýšená hygienická opatření (zejména dezinfekci);

### **IV. zrušuje**

- 1. bod I. 1. usnesení vlády České republiky č. 199 ze dne 12. března 2020,
- 2. bod 2 usnesení vlády České republiky č. 208 ze dne 13. března 2020.

### **Provedou:**

členové vlády, vedoucí ostatních ústředních správních úřadů

### **Na vědomí:**

hejtmani, primátor hlavního města Prahy, primátoři, starostové

Ing. Andrej Babiš, v. r.

předseda vlády

---