



Федеральная служба
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека



**ЦЕНТР
ГИГИЕНЫ
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ**
В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН

Если вы прибыли из-за границы

**От Ваших грамотных действий зависит
здоровье многих людей!**

SESUFA.RU



[VK.COM/SESUFA](https://vk.com/SESUFA)



[@02.FBUZ](https://www.instagram.com/02.FBUZ)

Если вы прибыли из-за границы

Чтобы не допустить распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации граждане, прибывшие из-за рубежа, должны соблюдать следующие правила:

- обязательно наденьте медицинскую маску на территории аэропорта;
- избегайте контакта с другими гражданами;
- после получения багажа сразу отправляйтесь домой.

Из дома, **необходимо сообщить о своем возвращении** из-за границы, месте, датах пребывания и сообщить адрес самоизоляции и другую контактную информацию по телефонам горячей линии 8-800-201-89-03, 8(347)279-91-20, 286-58-27 или позвонить в прикрепленную по месту жительства поликлинику.

Теперь вы находитесь на обязательном **14 дневном карантине** (самоизоляции).

Самоизоляция - это нахождение в изолированной квартире (комнате) с исключением любых контактов, в том числе и с членами семьи.

Контакт с людьми возможен посредством видео, аудио и интернет связи, однако, покидать квартиру Вы не имеете права.

Запрещается выходить из помещения, даже на непродолжительный срок (покупка продуктов и предметов первой необходимости, вынос мусора, отправка или получение почты).

Для обеспечения всем необходимым привлекаются родственники, службы доставки, волонтеры **без личного контакта** с изолируемым (безналичный расчет: доставляемые продукты и предметы оставляются у входа в квартиру). Бытовой мусор, образующийся, упаковывается в двойные прочные мусорные пакеты, плотно закрывается и

выставляется за пределы квартиры, по предварительному звонку лицам, которые будут его выносить.

В период самоизоляции **необходимо соблюдать** режим проветривания, правила гигиены (мыть руки водой – перед приемом пищи, перед контактом со слизистыми оболочками глаз, рта, носа, после посещения туалета), регулярно проводить влажную уборку с применением средств бытовой химии с моюще-дезинфицирующим эффектом.

При появлениях первых симптомов заболевания необходимо сразу сообщить по телефону в поликлинику по месту жительства.

На все время нахождения в режиме изоляции на дому, **открывается двухнедельный лист нетрудоспособности** (без посещения лечебного учреждения - дистанционно).

Контроль за строгим соблюдением карантина осуществляется: медработниками и органами полиции, для этого могут использовать электронные и технические средства контроля.

За нарушение карантина предусмотрено принудительное помещение в обсерватор, а также административная и уголовная ответственность.

Самоизоляция завершается после 14-дневного срока изоляции на дому, в случае отсутствия признаков заболевания и после обязательного согласования и закрытия листка нетрудоспособности лечащим врачом.

**От Ваших грамотных действий зависит
здоровье многих людей!**

Города и районы

Уфа

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Туймазы, Белебей

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Бирск, Нефтекамск, Дуванском районе

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городе Стерлитамак

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Кумертау, Сибай

Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городе Белорецк

Уфимский филиал по железнодорожному транспорту Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан»

Адрес, телефон, почта

Уфа, Шафиева, 7
+7 (347) 287-85-00
fguz@02.rospotrebnadzor.ru

Туймазы, Л. Морозова, 1, офис 1
+7 (34712) 7-25-96
z02@02.rospotrebnadzor.ru

Белебей, Волгоградская, 4/1
+7 (34716) 4-24-67, +7 (34716) 4-24-56
z03@02.rospotrebnadzor.ru

Бирск, Калинина, д. 18
+7 (34714) 3-35-98
z05@02.rospotrebnadzor.ru

Нефтекамск, Социалистическая, 10
+7 (34713) 4-26-69
z06@02.rospotrebnadzor.ru

с. Месягутово, Больничная, д. 4
+7 (34798) 3-35-93
z04@02.rospotrebnadzor.ru

Стерлитамак, Революционная, 2А
+7 (3473) 43-68-00
z07@02.rospotrebnadzor.ru

Кумертау, Гафури, 29
+7 (34761) 4-38-85
z09@02.rospotrebnadzor.ru

Сибай, Кирова, 44
+7 (34775) 2-29-73, +7 (34775) 2-38-35
z11@02.rospotrebnadzor.ru

Белорецк, Пушкина, 61/1
+7 (34792) 3-18-79
z10@02.rospotrebnadzor.ru

Уфа, Карла Маркса, 69
+7 (347) 276-10-82
Z_gdt@02.rospotrebnadzor.ru