



# Dalsze złagodzenia

Obecny wariant koronawirusa coraz rzadziej wywołuje chorobę, a liczba osób na oddziałach intensywnej terapii jest ograniczona. To stanowi podstawę do wprowadzenia dalszych złagodzeń – od zaraz oraz od 23 marca. Uwaga: koronawirus nadal jest wśród nas. Z respektem traktuj osoby, które na przykład noszą maseczki w miejscach, w których Ty byś ich nie nosił.

## Maseczki



Obowiązek noszenia maseczek w środkach transportu publicznego oraz w ich pobliżu zniesiony zostaje z dniem 23 marca. Obowiązek traktowany będzie jako zalecenie.



Wskazane jest noszenie maseczek w miejscach przepełnionych.



Maseczki nadal będą obowiązkowe na lotniskach po kontroli bezpieczeństwa (security) oraz w samolotach.

## Certyfikat Covid



Od 23 marca we wszystkich miejscach przestaje obowiązywać okazywanie certyfikatu Covid-1G (Test przed Wejściem).



W wielu krajach europejskich obowiązuje kod QR, na przykład przy korzystaniu z placówek gastronomicznych.

## Testowanie, izolacja i kwarantanna



Jeśli masz dolegliwości, to zostań w domu i wykonaj test (we własnym zakresie).



Przestaje obowiązywać zasada prewencyjnego testowania dwa razy w tygodniu w placówkach oświatowych.



Jeśli wynik testu jest pozytywny, to poddaj się izolacji przez minimum 5 dni.



Czy miałeś kontakt z osobą zarażoną wirusem? Jeśli tak, to zalecana może być kwarantanna. Sprawdź informacje na stronie [quarantainecheck.rijksoverheid.nl](https://www.quarantainecheck.rijksoverheid.nl).

## Praca w domu



Zalecenie dotyczące pracy w domu przestaje obowiązywać. Stymulowana jest tzw. praca hybrydowa (połączenie pracy w domu i w biurze).

## Podróżowanie



Od 23 marca obowiązują następujące zasady: Podróżowanie z kraju UE / ze strefy Schengen: zniesiony zostaje obowiązek posiadania zaświadczenia o przeprowadzeniu testu, powrocie do zdrowia lub zaszczepieniu. Nie obowiązują zasady dotyczące wjazdu.\*

Podróżowanie z kraju spoza UE / strefy Schengen:

- Obywatele UE: zaświadczenie o przeprowadzeniu testu oraz zasady dotyczące wjazdu przestają obowiązywać.\*
- Obywatele krajów spoza UE: przestaje obowiązywać zaświadczenie o przeprowadzeniu testu, obowiązuje zakaz wjazdu do UE (z wyjątkami).



Zalecenie dotyczące testów do samodzielnego wykonania: wykonać zaraz po wjeździe do Holandii oraz w 5. dniu pobytu.

\* Zaświadczenie o stanie zdrowia dla wjeżdżających nadal obowiązuje.

## Zalecenia dotyczące zapobiegania zakażeniom:



Myj często ręce.



Kklichaj w zgięcie łokciowe.



Jeśli masz dolegliwości, to zostań w domu, wykonaj test.



Zadbaj o wystarczający dopływ świeżego powietrza.



Poddaj się szczepieniu. Przyjmij dawkę przypominającą lub powtórz szczepienie.