



Informace pro studenty ÚJOP UK v souvislosti s COVID-19

Praktické informace:



V ČR lze koupit **respirátory** snadno, ale doporučujeme přivést je s sebou podle vlastní potřeby (respirátory třídy FFP2 a vyšší). Je vhodné vzít s sebou příruční dezinfekční gel a osobní teploměr.



Aktuální informace o epidemiologické situaci a opatřeních, která musíte dodržovat (například kdy a kde je povinnost nebo doporučení nosit respirátor), najdete na stránkách [Ministerstva zdravotnictví ČR](#).

DOPORUČUJEME: pročtěte si [stránky](#) o životě s covidem v ČR spravované Národní agenturou pro komunikační a informační technologie (Ministerstvo Vnitra ČR). Najdete tam aktuální informace a příklady z každodenního života!

SEZNAM ZEMÍ DLE MÍRY RIZIKA NÁKAZY

PŘÍJEZDOVÉ POVINNOSTI:



- **Všichni** studenti se musí ohlásit vyplněním elektronického [Příjezdového formuláře](#). Příjezdový formulář vyplňte před odjezdem do ČR a k hraniční kontrole si připravte kopii Formuláře.

PLUS

- **Ze zemí s nízkým nebo se středním rizikem nákazy:** Předložit negativní výsledek antigenního testu (test musí být proveden nejvýše 48 hodin před započítáním cesty) nebo RT-PCR test (nejvýše 72 hodin před započítáním cesty.)
- **Ze zemí s vysokým rizikem nákazy:** Předložit negativní výsledek RT-PCR testu (nejvýše 72 hodin před započítáním cesty.) Nejdříve 5. den, nejpozději však 14. den od příjezdu se podrobit na vlastní náklady RT-PCR testu.
- **Ze zemí s velmi vysokým rizikem nákazy:** Předložit negativní výsledek RT-PCR testu (test musí být proveden nejvýše 72 hodin před započítáním cesty.) Nejdříve 5. den, nejpozději však 14. den od příjezdu se podrobit na vlastní náklady RT-PCR testu.
- **Ze zemí s extrémně vysokým rizikem nákazy nejsou povoleny příjezdy držitelů dlouhodobých víz**
- **Povinnost příjezdového testování se nevztahuje na:**
 - Osoby, které mají certifikát o prodělaném COVID-19 (od pozitivního RT-PCR testu uběhlo min. 11 a max. 180 dnů)
 - [Plně očkovaní držitelé Evropského certifikátu o očkování](#), resp. držitelé uznávaných certifikátů o očkování ze třetích zemí



Samoizolace - do obdržení výsledku RT-PCR testu provedeného na území ČR platí omezený volný pohyb s výjimkou cest nezbytně nutných k zajištění základních životních potřeb (nákup potravin, lékař atp.), zpět do svého místa bydliště a zajištění neodkladných úředních záležitostí.

- **Samoizolaci na kolejích ÚJOP UK se podrobí všichni příjezdějící studenti, a to po dobu cca jednoho týdne (5 dnů + do výsledku PCR testu cca 48 hod.)**



RESPIRÁTORY

VENKU - není potřeba mít respirátor, výjimky:

- Po příjezdu ze zahraničí do výsledku RT-PCR testu,
- Venkovní koncerty a kulturní akce.

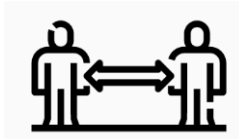
UVNITŘ - v místech s vysokou koncentrací osob (např. obchody, nádraží, doprava, škola apod.), je nutné mít nasazený respirátor.

TESTOVÁNÍ

Seznam odběrových míst [zde](#).

Pokud test na COVID-19 nařídí praktický lékař nebo hygienická stanice, je tento test hrazen z pojištění. Stejně tak je péče v souvislosti s onemocněním COVID-19 hrazena z pojištění (do stanoveného limitu pojištění), pokud dojde k nakažení na území ČR.

Doporučené chování jako prevence: Používat roušky dle nařízení či doporučení.



- Dodržovat doporučený odstup (2 m), kde je to možné.
- Dbát na zvýšenou hygienu, zejména rukou (časté mytí rukou vodou a mýdlem nebo použití dezinfekčního gelu), ale i často používaných předmětů (pravidelně čistit, ideálně dezinfekčním sprejem, mobilní telefon, klíče, notebook, peněženku, apod.).
- Nenavštěvovat místa s velkým množstvím osob na jednom místě, nebo se zdržovat jen po nezbytně nutnou dobu (supermarket, pošta atd.). Více informací na: <https://koronavirus.mzcr.cz/en/frequently-asked-questions/>



V případě, že se u vás vyskytnou příznaky*, které by mohly znamenat onemocnění COVID-19, postupujte následovně:

- 1) Kontaktujte telefonem studijní referentku/kurátorku Vašeho střediska. Doporučujeme si pořídit české telefonní číslo.
- 2) Pokud není možné kontaktovat referentku/kurátorku (večerní hodiny, víkend) kontaktujte **asistenční službu** poskytovatele Vašeho pojištění:
 - Pojišťovna PVZP (Axa Assistance):
 - **Základní zdravotní pojištění cizinců: +420 272 099 927**
 - **Komplexní zdravotní pojištění cizinců PLUS: +420 272 099 943**
 - **Komplexní zdravotní pojištění cizinců EXCLUSIVE: +420 272 09 99 45**
 - Na těchto číslech se domluvíte také anglicky a rusky. **Popište jim Vaše příznaky, a kde se nacházíte. Dostanete informace, jak dále postupovat.**
- 3) V případě, že byste nemohli zavolat a museli vyhledat pomoc osobně, **MUSÍTE PŘI KONTAKTU S OKOLÍM BEZPODMÍNEČNĚ POUŽÍT ROUŠKU ZAKRÝVAJÍCÍ NOS A ÚSTA**

*Příznaky, kterým musíte věnovat pozornost a postupovat dle výše uvedeného:

- dušnost/pocit ztíženého dýchání (pocit tíže na prsou a/nebo pocit nedostatku vzduchu, zadýchávání při běžných činnostech - např. pohyb po bytě). Může se objevit náhle z plného zdraví, či postupným stupňováním příznaků.
- zvýšená teplota, horečka
- suchý kašel
- ztráta chuti a čichu
- Pokud máte **výrazné zdravotní potíže** (dušnost/pocit ztíženého dýchání bez souvislosti s kašlem, horečka více jak 38 stupňů, suchý kašel), volejte linku **155** nebo **1221 (denně 8-19 hodin)** a postupujte podle instrukcí operátora.