



TRUNG TÂM TRUYỀN THÔNG
GIÁO DỤC SỨC KHỎE TRUNG ƯƠNG

CHUẨN BỊ CHO VIỆC CÁCH LY TẬP TRUNG



VÌ SAO PHẢI ĐI CÁCH LY TẬP TRUNG?

- Cách ly tập trung giúp ngăn chặn sự lây lan của dịch bệnh COVID-19 ra ngoài cộng đồng.
- Thực hiện cách ly tập trung là quyền lợi và nghĩa vụ của mỗi người.
- Hành vi từ chối hoặc trốn tránh quyết định cách ly y tế, cưỡng chế cách ly y tế của cơ quan nhà nước có thể bị phạt tiền đến 20 triệu đồng và phải chi trả cho các biện pháp khắc phục hậu quả (Theo Điểm b Khoản 2 và Khoản 3 Điều 11 Nghị định 117/2020/NĐ-CP). Trường hợp làm lây lan dịch bệnh COVID-19 cho người khác có thể bị phạt tù (theo Điều 240 Bộ luật Hình sự 2015).



*Thực hiện cách ly chính là yêu bản thân,
yêu gia đình và trên hết là yêu nước!*

Năm 2021



CẦN CHUẨN BỊ NHỮNG GÌ CHO VIỆC CÁCH LY TẬP TRUNG?

CHUẨN BỊ VẬT DỤNG

- Tại khu cách ly, bạn sẽ được cung cấp các bữa ăn đầy đủ dinh dưỡng, thuốc thông thường, vật dụng cần thiết.
- Với những trường hợp đặc biệt (trẻ em từ 5 đến 15 tuổi, người già, phụ nữ mang thai, người mắc bệnh mạn tính ...) cần chủ động chuẩn bị: kính lão, sữa, thuốc trị bệnh, đồ ăn kiêng,...
- Nếu có bất cứ yêu cầu gì, hãy báo cho ban quản lý khu cách ly để được hỗ trợ.



CHUẨN BỊ TINH THẦN

- Tuyệt đối tuân thủ quy định trong khu cách ly để tránh lây chéo.
- Suy nghĩ lạc quan rằng thời gian cách ly chỉ là tạm thời, việc cách ly là cần thiết cho sức khỏe của bạn, người thân và cộng đồng.
- Tải sẵn lên điện thoại di động/máy tính xách tay một số phim, clip ca nhạc, clip tập thể dục; mang theo tai nghe (để tránh làm phiền những người xung quanh), sách, truyện, đồ chơi trẻ em,...
- Cố gắng tham gia tất cả các hoạt động do ban quản lý khu cách ly tổ chức.



***Cách ly là một việc không dễ dàng.
Hãy cố gắng để khoảng thời gian đó
là một trải nghiệm ý nghĩa trong cuộc đời!***