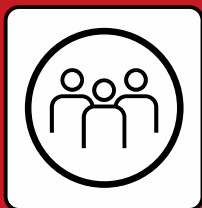


OVAKO ĆEMO SE ZAŠTITITI.

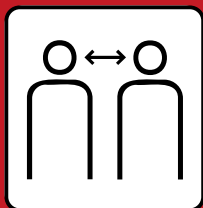


Ažurirano dana 3. 12. 2020.

STOP KORONI



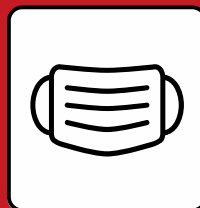
Smanjite susrete sa ljudima.



Budite na odstojanju.



Nošenje maske obavezno, ukoliko nije moguće držanje odstojanja.



Obavezno nošenje maski na javnom, otvorenom i zatvorenom prostoru, kao i u sredstvima javnog prevoza.



Ukoliko je moguće, radite od kuće.



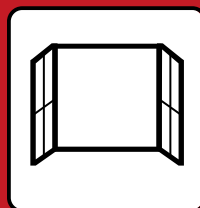
Temeljno perite ruke.



Kašljite i kijajte u maramicu ili pregib ruke



Izbegavajte rukovanje.



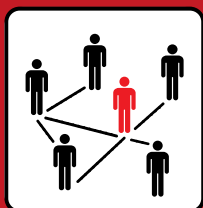
Provetravajte prostorije više puta dnevno.



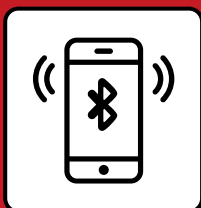
Zabranjena su spontana okupljanja više od 15 osoba na javnom prostoru.



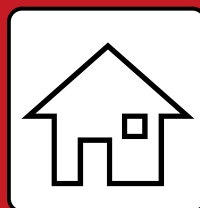
Ako primetite simptome bolesti, odmah se testirajte i ostanite kod kuće.



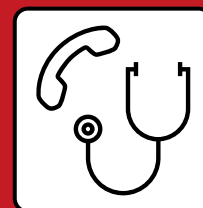
Kako bi se utvrdilo sa kim ste bili u kontaktu, obezbedite što je moguće više kontaktnih podataka.



Kako biste izbegli lance širenja infekcije: preuzmite i aktivirajte aplikaciju SwissCovid.



Ako je nalaz testa pozitivan: Izolacija. Ako ste imali kontakt sa osobom koja ima pozitivan nalaz na testu: Karantin.



Idite u ambulantu ili urgentni centar samo nakon prethodne telefonske najave.

www.foph-coronavirus.ch

U određenim kantonima važe stroža pravila















Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH

Serbisch, kroatish, bosnisch / serbe, croate, bosniaque / serbo, croato, bosniaco / srpski jezik, hrvatski jezik, bosanski jezik

Najčešća pitanja i odgovori o novom virusu korona	4
1. Infekcija i rizici	5
1.1 Zašto su ova pravila za higijenu i ponašanje toliko važna?	5
1.2 Ko je naročito ugrožen? 	5
1.3 Da li spadate u posebno ugrožene osobe? Ovako se možete zaštititi. 	5
1.4 Trudni ste i zato ste možda posebno ugroženi od težeg oblika infekcije virusom Covid-19. O čemu morate da vodite računa? 	6
1.5 Kako se prenosi novi virus korona?	6
1.6 Koliko vremena prođe od infekcije do oboljenja? I od kada je osoba zarazna? 	7
2. Simptomi, dijagnoza i lečenje	7
2.1 Koji simptomi se javljaju prilikom oboljevanja od novog virusa korona?	7
2.2 Kako da se ponašam u slučaju da mi se jave simptomi virusa Covid-19? 	8
2.3 Šta je provera na virus korona?	8
2.4 Moje dete koje ima manje od 12 godina ima simptome. Kako moramo da se ponašamo? Da li može da ide u školu ili dnevni boravak?	9
2.5 Kako se leči oboljenje od novog virusa korona?	9
2.6 Imate li tegobe, osećaj bolešljivosti ili simptome koji nisu povezani sa novim virusom korona?	10
3. Testovi	10
3.1 U kom trenutku moram da se testiram na novi virus korona? 	10
3.2 Gde mogu da se testiram? 	10
3.3 U kojim slučajevima Veće snosi troškove PCR testiranja ili brzog antigen testa? 	10
4. Praćenje kontakata, izolacija i karantin	11
4.1 Šta znače izolacija i karantin? Zbog čega su obe mere toliko važne? 	11
4.2 Šta je praćenje kontakata? 	11
4.3 Šta morate učiniti ako ste imali kontakt sa osobom koja je zaražena virusom korona? 	12
4.4 Da li smem povremeno da izlazim u šetnju, na svež vazduh ili u nabavku za vreme karantina? 	12

5. Aplikacija SwissCovid	13
5.1 Kako funkcioniše prepoznavanje susreta koje su imali korisnici, preko aplikacije SwissCovid?	13
5.2 Šta moram da uradim ako me aplikacije SwissCovid obavesti da postoji mogućnost infekcije?	13
6. Maske	14
6.1 Gde važi obavezno nošenje maski?	14
6.2 Da li su mala deca i druge osobe izuzeti obaveznog nošenja maski?	15
6.3 Ako nemam masku: Da li smem da stavim šal ili maramicu preko lica i nosa?	15
7. Okupljanja, manifestacije i aktivnosti u slobodno vreme:	15
7.1 Koje vrste okupljanja su zabranjene?	15
7.2 Koja pravila važe za javne i privatne manifestacije?	15
7.3 Koja pravila važe za sportske i kulturne slobodne aktivnosti?	16
7.4 Koja pravila važe za barove i restorane?	16
7.5 Koja pravila važe za diskoteke i plesne lokale?	16
8. Rad od kuće	16
9. Putovanja/ulazak u Švajcarsku	16
9.1 O čemu moram da vodim računa kada dolazim u Švajcarsku iz inostranstva? Koja pravila važe za ulazak u Švajcarsku?	16
10. Zatražite pomoć	17
10.1 Gde mogu da pronađem dodatne informacije na svom maternjem jeziku?	17
10.2 Šta mogu da uradim ako u bolnici niko ne govori mojim jezikom i niko ga ne razume?	17
10.3 Morate da ostanete kod kuće, a trebaju vam namirnice ili lekovi? Ili želite da pomognete nekome?	17
10.4 Da li se brinete ili vam je potrebno da razgovarate sa nekim?	18
10.5 Osećate li se ugroženo kod kuće? Tražite li pomoć ili zaštitu?	18
11. Više informacija	18

Najčešća pitanja i odgovori o novom virusu korona

Krajem 2019. godine pojavila se nova i vrlo zarazna bolest pod nazivom „Covid-19“. Bolest je izazvana novim virusom korona koji se u kratkom periodu proširio po celom svetu. Ovaj informativni list Saveznog ministarstva za zdravlje (BAG) daje odgovore na najčešća pitanja o novom virusu korona.

Infekcija novim virusom korona može da ima ozbiljne posledice. Neki ljudi umiru od te bolesti. Zbog toga je važno da se svi zaštite od novog virusa korona.

Lična odgovornost je važna: od infekcije možete najefikasnije da se zaštitite pridržavajući se pravila ponašanja i higijene koja su ilustrovana na naslovnoj strani ovog dokumenta i na plakatima Saveznog ministarstva zdravlja. Tu se misli na: redovno pranje ruku sapunom i održavanje rastojanja.

Aktuelne obaveze i zabrane:

- Obavezno nošenje maski:
 - Obavezno nošenje maski u gradskim jezgrima i centrima sela, na javnom otvorenom i zatvorenom prostoru koje pripada ustanovama i preduzećima
 - Obavezno nošenje maski u javnom prevozu: u sredstvima javnog prevoza, avionima, na železničkim i autobuskim stanicama, stajalištima i aerodromima
 - Obavezno nošenje maski u srednjim i zanatskim školama (npr. gimnazije, zanatske i srednje stručne škole)
 - Obavezno nošenje maski na poslu u zatvorenom prostoru, osim na sopstvenom radnom mestu, ukoliko se može držati preporučeno rastojanje.
- Ograničenje kod manifestacija i okupljanja (Napomena: deca se takođe uključuju u ukupni broj učesnika)
 - Zabrana privatnih manifestacija sa više od 10 osoba
 - Zabrana javnih manifestacija sa više od 50 osoba
 - Zabrana spontanih okupljanja više od 15 osoba na javnom prostoru
- Pravila za restorane i barove:
 - Obavezno sedenje u restoranima i barovima: hrana i piće mogu se konzumirati samo u sedećem položaju
 - U restoranima maks. četiri osobe za istim stolom (ne važi za roditelje sa decom)
 - Zabranjuje se rad klubova, diskoteka i plesnih lokala
 - Zabrana rada restorana i barova od 23.00–06.00
- Pravila za sportska i kulturna dešavanja
 - Rekreativne aktivnosti: zabrana sportskih aktivnosti sa više od 15 osoba, zabrana kontaktnih sportova, u zatvorenom prostoru nošenje maski i rastojanje, na otvorenom nošenje maski ili rastojanje; deca koja pohađaju obavezno obrazovanje mogu i dalje da upražnjavaju fizičke aktivnosti bez ograničenja.
 - Kultura (muzika, pozorište, ples i slično): Amateri: dozvoljene su aktivnosti do 15 osoba uz obavezno nošenje maski i održavanje rastojanja. Profesionalci: probe i nastupi su dozvoljeni.
 - Nastupi horova su zabranjeni, dok su probe dozvoljene samo kod profesionalnih horova.
- Nastava na daljinu na univerzitetima i višim školama
- Ukoliko je moguće raditi od kuće
- Obaveza karantina za putnike iz inostranstva

Napomena: U određenim kantonima važe stroža pravila.

1. Infekcija i rizici

1.1 Zašto su ova pravila za higijenu i ponašanje toliko važna?

Novi virus korona je novi virus protiv kog ljudi još uvek **nemaju imuni odgovor (imunitet)**. **Moguć je veliki broj infekcija i oboljenja**. Zbog toga moramo maksimalno da usporimo širenje novog virusa korona.

Moramo naročito da zaštitimo osobe koje su pod povećanim rizikom od teškog oboljenja (vidi sledeće pitanje → Ko je naročito ugrožen? **N**).

1.2 Ko je naročito ugrožen? **N**

Naročito su ugroženi:

- **Starije osobe** (što je osoba starija povećava se i rizik od težeg toka infekcije novim korona virusom. Prethodna oboljenja dodatno uvećavaju rizik. Za starije od 50 godina povećava se stopa bolničkog lečenja. Takođe, prethodna oboljenja dodatno uvećavaju rizik.)
- **Trudnice**
- **Odrasli sa sledećim prethodnim oboljenjima:**
 - visok pritisak
 - oboljenja srčane cirkulacije
 - dijabetes
 - hronična oboljenja disajnih puteva
 - kancer
 - oboljenja i terapije koje oslabljuju imuni sistem,
 - preterana gojaznost (gojaznost, BMI od 40 ili više)

Ako niste sigurni da li ste posebno ugrožena osoba, obratite se svom lekaru.

Ako se svi budemo pridržavali pravila ponašanja i higijene, moći ćemo bolje da zaštitimo ugrožene osobe. Time doprinosimo i da zdravstvene institucije mogu nastaviti dobro da zbrinjavaju ljude sa teškim oboljenjima. U ambulancama za intenzivnu negu je ograničen broj soba za lečenje i respiratora.

1.3 Da li spadate u posebno ugrožene osobe? Ovako se možete zaštititi. **N**

Od infekcije ćete se na najbolji način zaštititi ako se konsekvantno pridržavate pravila higijene i ponašanja. Imajte u vidu sledeće preporuke:

- Temeljno i redovno perite ruke sapunom.
- Održavajte odstojanje od drugih osoba (najmanje 1,5 metra).
- Pridržavajte se obaveze nošenja maski. Nosite masku kada ne možete da održavate rastojanje od 1,5 metara.
- Pridržavajte pravila higijene i ponašanja kada se sastajete sa prijateljima ili porodicom. Na primer, prilikom obroka nemojte da koristite isti escajg i nemojte da pijete iz iste čaše itd.
- Izbegavajte mesta većih okupljanja ljudi. Izbegavajte da se nađete na mestima gde je veliki protok ljudi u periodima najveće gužve (na primer, periodi kada svi putuju na posao sredstvima javnog prevoza ili na železničkoj stanici, subotnja nabavka).

Da li imate jedan ili više simptoma bolesti, (Vidi pitanje → Koji simptomi se javljaju prilikom oboljevanja od novog virusa korona?) **Onda odmah pozovite svog lekara/lekarku ili bolnicu i testirajte se. Čak i vikendom.** Opišite svoje simptome i recite da ste posebno ugrožena osoba.

1.4 Trudni ste i zato ste možda posebno ugroženi od težeg oblika infekcije virusom Covid-19. O čemu morate da vodite računa? N

Ako ste trudni, potrebno je da se što je pre moguće zaštitite od infekcije novim virusom korona. Iz tog razloga, savetujemo vam da se pridržavate preporuka za posebno ugrožene osobe (vidi prethodno pitanje → Da li spadate u posebno ugrožene osobe? Ovakvo se možete zaštititi. N).

Prema propisu o zaštiti majki, vaš poslodavac je na radnom mestu dužan da na najbolji mogući način zaštiti trudnice od infekcije novim virusom korona. Ako to nije moguće, poslodavac mora da vam ponudi alternative. Ako nisu ispunjeni uslovi za nastavak odlaska na posao, vaš ginekolog vam može zabraniti da odlazite na posao.

Prema skorašnjim saznanjima, oboljenje od novog virusa korone može kod trudnica izazvati teži tok bolesti, naročito ako, na primer, imate prekomernu telesnu težinu, ako ste starija osoba ili ako bolujete od određenih bolesti. I dalje nemamo odgovore na brojna pitanja u vezi sa trudnoćom i virusom Covid-19. U svakom slučaju, potrebno je da se majke i deca naročito zaštite iz predostrožnosti.

Ako primetite kod sebe simptome bolesti, odmah se obratite svom ginekologu da biste razgovarali o potrebnim koracima i testirajte se.

1.5 Kako se prenosi novi virus korona?

Virus korona se uglavnom prenosi bliskim i dužim kontaktom: Ako se nalazite bez zaštite na rastojanju manjem od 1,5 metara od obolele osobe (zaštita: npr. obe osobe nose masku). Što kontakt sa inficiranom osobom traje duže i što je bliskiji, to je veća mogućnost nastanka infekcije.

Novi virus korona može se preneti na sledeće načine:

- Putem **kapljica i aerosola**: Ako inficirana osoba diše, govori, kija ili kašlje, kapljice koje sadrže virus mogu direktno da dospeju na sluzokožu nosa, usta ili očiju drugih ljudi u neposrednoj blizini (<1,5 m).
- Prenosenje putem najsitnijih kapljica (aerosola) preko većih razdaljina je moguće, ali do toga ne dolazi često. Ovakav način prenošenja mogao bi da se uzme u obzir kod aktivnosti koje zahtevaju pojačano disanje. To je na primer slučaj kod fizičkog rada, sporta, glasnog govora i pevanja. Isto važi i za duži boravak u nedovoljno provetrenim ili neprovetrenim prostorijama, naročito ako su male.
- Preko **površina i ruku**: Kada inficirane osobe kašlju ili kijaju, kapljice koje prenose infekciju dospevaju im na ruke i na površine u njihovoj blizini. Druga osoba se može zaraziti ako rukama pokupi te kapljice, pa se zatim dodirne za usta, nos ili oči.

1.6 Koliko vremena prođe od infekcije do oboljenja? I od kada je osoba zarazna ?

«Period inkubacije» novog virusa korone, tj. vremenski period između zaraze i pojave prvog simptoma, iznosi najčešće 5 dana. Međutim, može potrajati i do 14 dana.

Ko oboli od novog virusa korona, zarazan je tokom dužeg perioda:

- **Početak vremenskog perioda kada je osoba zarazna:** 2 dana pre nego što nastupe simptomi. Dakle, pre nego što osoba uopšte primeti da se razbolela može zaraziti druge osobe.
- **Za vreme trajanja simptoma. Tada je osoba najzaraznija.**
- **Kraj vremenskog perioda kada je osoba zarazna:** Kod blagog toka bolesti, «mogućnost prenošenja zaraze» znatno opada 10 dana od nastupanja simptoma. Zbog toga važi zlatno pravilo: Vreme mogućnosti prenošenja završava se 10 dana od pojave prvih simptoma. Međutim, kod težeg toka bolesti, treba napomenuti da zaražena osoba duže vreme može da prenosi zarazu.

Važno za vreme čitavog perioda: Održavajte odstojanje od 1,5 metra od drugih osoba i pridržavajte se pravila higijene i ponašanja.

2. Simptomi, dijagnoza i lečenje

2.1 Koji simptomi se javljaju prilikom oboljevanja od novog virusa korona?

Simptomi virusa COVID-19:

Sledeći simptomi se često javljaju:

- bolovi u grlu
- kašalj (najčešće suv)
- kratak dah
- bolovi u grudima
- temperatura
- nagli gubitak čula mirisa i/ili ukusa

Osim toga , mogući su i sledeći simptomi:

- glavobolje
- opšta slabost, malaksalost
- bolovi u mišićima
- curenje nosa
- stomachne tegobe (mučnina, povraćanje, dijareja, bolovi u stomaku)
- kožni osip

Simptomi virusa Covid-19 se razlikuju po težini i mogu da budu i blagi. Takođe su moguće i komplikacije kao što je zapaljenje pluća.

Ako imate jedan ili više simptoma virusa Covid-19, moguće je da ste oboleli od novog virusa korona. U tom slučaju odmah se testirajte i dosledno se pridržavajte uputstava prema sledećem pitanju (→ Kako da se ponašam u slučaju da mi se jave simptomi virusa Covid-19?)

2.2 Kako da se ponašam u slučaju da mi se jave simptomi virusa Covid-19? N

Ako imate jedan ili više simptoma virusa Covid-19, moguće je da ste oboleli od novog virusa korona. U tom slučaju, pridržavajte se dosledno sledećih uputstava:

- **Smanjenje kontakata:** Ostanite kod kuće i izbegavajte kontakt sa drugim osobama.
- **Testiranje:** Odmah se testirajte. (vidi pitanje → [Gde mogu da se testiram?](#) N)
- **Dok ne dobijete rezultat testa:** Ostanite kod kuće i pridržavajte se pravila izolacije (www.bag.admin.ch/migration-covid-en). Izbegavajte kontakte sa drugim osobama dok ne dobijete rezultat testa.

Ako ste nesigurni kako treba da se ponašate:

- **Preporuka za testiranje:** Obavite proveru na virus korona (check.bag-coronavirus.ch) ili se obratite svom lekaru ili lekarki. Odgovorite na sva pitanja u okviru provere na mreži ili putem telefona na najprecizniji mogući način. Na kraju ćete dobiti preporuke u vezi sa ponašanjem i zavisno od slučaja, uput da se testirate. Testirajte se odmah, ukoliko vam to preporučuje proveru na virus korona ili vaš lekar/lekarka i ostanite nakon toga kod kuće, dok ne dobijete rezultate testa.
- Ukoliko se ne preporučuje testiranje: Shvatite ozbiljno tegobe i simptome i ako verovatno nemate dodira sa novim virusom korona. Obratite svom lekaru ili lekarki. Ostanite još 24 sata kod kuće nakon prestanka simptoma. Ovo se preporučuje i kod drugih infekcija dišajnih puteva kao što je grip.

Ako spadate u posebno ugrožene osobe, važi sledeće: Ako vam se javi jedan ili više simptoma virusa Covid-19 smesta se javite lekaru, lekarki ili bolnici dana (takođe vikendom) i testirajte se.

2.3 Šta je provera na virus korona?

Proverom na virus korona na www.check.bag-coronavirus.ch/screening nakon odgovora na neka pitanja dobićete preporuku o postupanju Saveznog ministarstva za zdravlje (na nemačkom, francuskom, italijanskom i engleskom).

Na veb-sajtu kantona Waadt na www.coronavirus.unisante.ch/evaluation možete da pro-nađete **proveru na virus korona**.

Provera na virus korona nije zamena za profesionalno medicinsko savetovanje, dijagnozu ni lečenje. Simptomi opisani u proveri mogu da se pojave i u vezi sa drugim bolestima koje zahtevaju drugi pristup.

U slučaju težih simptoma koji se pogoršavaju ili vas zabrinjavaju uvek se posavetujte sa lekarom tj. lekarkom. Čak i vikendom.

2.4 Moje dete koje ima manje od 12 godina ima simptome. Kako moramo da se ponašamo? Da li može da ide u školu ili dnevni boravak?

Prema aktuelnim saznanjima, i deca mogu da se zaraze novim virusom korona. U poređenju sa omladinom i odraslim osobama, deca koja imaju manje od 12 godina ređe imaju simptome i prenose virus u odnosu na druge osobe.

Situacija 1: Dete i osoba sa kojom je ostvarilo blizak kontakt imaju simptome

Vaše dete ima simptome virusa Covid-19, a imalo je blizak kontakt sa osobom kod koje su prisutni simptomi virusa Covid-19 (osoba starija od 12 godina). U ovom slučaju, dalje ponašanje zavisi od rezultata testa osobe sa kojom je dete imalo blizak kontakt:

- **U slučaju pozitivnog rezultata testa osobe sa kojom je dete imalo blizak kontakt:** Vaše dete mora da ostane kod kuće i treba da se testira u zavisnosti od dogovora sa pedijatrom. Pedijatar će vam pružiti informacije o tome kako treba da se ponašate.
- **U slučaju negativnog rezultata testa osobe sa kojom je dete imalo blizak kontakt:** Vaše dete sme da nastavi da ide u školu ili dnevni boravak 24 sata nakon što je prestalo da ima povišenu temperaturu ili nakon što se kašalj značajno ublaži.

Situacija 2: Dete ima simptome, ali nije imalo kontakt sa obolelom osobom

Vaše dete ima simptome virusa Covid-19, a nije imalo je blizak kontakt sa osobom kod koje su prisutni simptomi virusa Covid-19 (osoba starija od 12 godina). U ovom slučaju, dalje ponašanje zavisi od simptoma i zdravstvenog stanja Vašeg deteta:

- **Vaše dete ima simptome blage prehlade** (kijavica i/ili bol u grlu i/ili blag kašalj) **i dobro opšte zdravstveno stanje:** Vaše dete sme da nastavi da ide u školu ili dnevni boravak.
- **Vaše dete ima povišenu temperaturu, ali je u dobrom opštem zdravstvenom stanju:** Vaše dete mora da ostane kod kuće. Dete sme da nastavi da ide u školu ili dnevni boravak 24 sata nakon što je prestalo da ima povišenu temperaturu. Obratite se pedijatru ako dete ima povišenu temperaturu tri dana ili duže vreme. Ako se kod deteta jave dodatni simptomi (stomačni problemi, glavobolja, bolovi u udovima, gubitak osećaja mirisa i ukusa), razgovarajte o daljim koracima sa pedijatrom.
- **Vaše dete ima jak kašalj i dobro opšte zdravstveno stanje:** Vaše dete mora da ostane kod kuće. Ono sme da nastavi da ide u školu ili dnevni boravak ako se kašalj poboljša u roku od tri dana. Obratite se pedijatru ako dete nastavi da ima jak kašalj duže od tri dana. Ako se kod deteta jave dodatni simptomi (stomačni problemi, glavobolja, bolovi u udovima, gubitak osećaja mirisa i ukusa), razgovarajte o daljim koracima sa pedijatrom.
- **Vaše dete ima povišenu temperaturu i/ili loše opšte zdravstveno stanje:** Odmah se obratite pedijatru da biste razgovarali o daljim koracima.

Pregled načina ponašanja u slučaju simptoma bolesti i prehlade kod dece u vrtićima i nižim razredima osnovne škole možete pronaći u informativnoj brošuri za roditelje Konferencije nemačko-švajcarskih službi narodnih škola (DVK): www.migesplus.ch/publikationen/vorgehen-bei-krankheits-und-erkaeltungssymptomen-bei-kindern-in-kindergarten (na jezicima - nemački, francuski, italijanski, engleski, bosanski/hrvatski/srpski, portugalski, španski, albanski, arapski, tamilski, tigrinjski i turski)

2.5 Kako se leči oboljenje od novog virusa korona?

Do sada se nije ustanovila posebna terapija oboljenja od virusa korone. Lečenje se ograničava na umanjenje simptoma. Oboleli se izoluju radi zaštite drugih osoba. U slučaju težeg oboljenja je najčešće potrebno lečenje na odeljenju intenzivne nege u bolnici. U određenim uslovima je potreban i aparat za veštačko disanje.

2.6 Imate li tegobe, osećaj bolešljivosti ili simptome koji nisu povezani sa novim virusom korona?

Zdravstvene tegobe, bolesti i simptome koji nisu povezani sa novim virusom korona morate i nadalje da shvatate ozbiljno i lečite ih. Potražite pomoć i ne čekajte previše: pozovite lekara ili lekarku.

3. Testovi

3.1 U kom trenutku moram da se testiram na novi virus korona? N

Testirajte se odmah ako imate jedan ili više simptoma virusa Covid-19.

Trenutno važi sledeće: Sve osobe sa simptomim virusa Covid-19 treba odmah da se testiraju. Cilj ove strategije jeste da se što brže otkriju svi inficirani. Samo se na ovaj način mogu prekinuti lanci infekcije. Ovo je od centralnog značaja pri suzbijanju epidemije.

Ako ste nesigurni kako treba da se ponašate: Ostanite kod kuće, obavite proveru na virus korona (check.bag-coronavirus.ch) ili se obratite Vašem lekaru ili lekarki. Odgovorite na sva pitanja u okviru provere na mreži ili putem telefona na najprecizniji mogući način. Na kraju ćete dobiti preporuke u vezi sa ponašanjem i zavisno od slučaja, uput da se testirate. Testirajte se odmah, ukoliko vam to preporučuje provera na virus korona ili vaš lekar/lekarka i ostanite nakon toga kod kuće, dok ne dobijete rezultate testa.

3.2 Gde mogu da se testiram? N

Testiranje obavljaju lekari, sprovodi se u bolnicama ili u posebnim centrima za testiranje ili u apotekama (samo brzi antigen testovi).

Na internet stranici BAG-a «Coronavirus:Testen» pronaći ćete spisak linkova za mogućnostima testiranja po kantonima: www.bag.admin.ch/testing

3.3 U kojim slučajevima Veće snosi troškove PCR testiranja ili brzog antigen testa? N

Veće snosi troškove kako testiranja (sprovođenja molekularnih bioloških PCR testova) tako i brzog antigen testa, ukoliko je zadovoljen neki od sledećih kriterijuma:

- Imate simptome koji odgovaraju virusu Covid-19.
- Dobićete poruku preko aplikacije SwissCovid da ste imali kontakt sa zaraženom osobom. Na aplikaciji SwissCovid i na Contact Tracing-u naći ćete informacije o tome: www.bag.admin.ch/swisscovid-app-en
- Kantonalna nadležna kancelarija ili lekar/lekarka organizuje za Vas testiranje, jer se nalazite u karantinu zbog bliskog kontakta sa zaraženom osobom.

Veće ne pokriva troškove testiranja, ako:

- Vam je potreban negativni rezultat testa u slučaju putovanja.
- Se testiranje vrši po želji Vašeg poslodavca.
- Se testiranje vrši u inostranstvu.

Ukoliko troškove testiranja ne pokriva Veće, preporučujemo Vam da se unapred raspitate o visini troškova budući da znaju da variraju.

4. Praćenje kontakata, izolacija i karantin

4.1 Šta znače izolacija i karantin? Zbog čega su obe mere toliko važne? N

Izolacija i karantin su mere koje imaju za cilj da prekinu lanac infekcije i tako suzbiju dalje širenje novog virusa korone. Osoba, kod koje je potvrđena infekcija ili za koju se pretpostavlja da je inficirana, treba da ostane kod kuće i da izbegava svaki kontakt sa drugim ljudima. Tako se može sprečiti priličan broj novih infekcija. Iz toga proizlaze sledeća pravila:

Osobe, koje su pozitivne na infekciju novim virusom korona, moraju da se izoluju.

Osobe, kod kojih postoji verovatnoća zaraze novim virusom korona, moraju provesti 10 dana u karantinu. Povećana verovatnoća infekcije postoji u sledećim slučajevima:

- Nakon bliskog kontakta sa osobom koja je pozitivna na novi virus korona. To je **karantin nakon bliskog kontakta** (skraćeno karantin zbog kontakta).
- Nakon boravka u državi ili regionu sa povećanim rizikom od zaraze. To je **karantin za dolazeće putnike** (skraćeno putnički karantin).

Film: Link zum Erklärvideo Isolation (na jezicima - nemački, francuski, italijanski, engleski): foph-coronavirus.ch/downloads/#isolation

Ostale informacije o karantinu i izolaciji pronaći ćete u uputstvima o izolaciji tj. uputstvima o karantinu: www.bag.admin.ch/migration-covid-en

4.2 Šta je praćenje kontakata? N


Contact tracing se odnosi na praćenje osoba sa kojima je ostvaren kontakt: Kod Contact Tracing-a pronalaze se bliski kontakti osoba, zaraženih virusom korona.

Contact tracing preporučuje se kod svih osoba sa laboratorijski potvrđenim virusom Covid-19 ili kod hospitalizovanih osoba sa potencijalnim virusom Covid-19. Nadležna kantonalna kancelarija identifikuje osobe bliskog kontakta i kontaktira ih.

Film: Link ka videu sa objašnjenjem izolacije (na jezicima - nemački, francuski, italijanski, retoromanski, engleski, albanski, srpski, portugalski, španski): www.foph-coronavirus.ch/downloads/#tracing

Ako je nalaz testa na virus korona pozitivan, neophodno je da se započne praćenje kontakata:

- Kantonska nadležna tela zajedno sa inficiranom osobom utvrđuju sa kojim osobama je ostvaren blizak kontakt.
- Nadležna tela obaveštavaju osobe sa kojima je inficirano lice ostvarilo kontakt o mogućoj infekciji i o daljim koracima.
- Čak i ako ove osobe nemaju nikakve simptome, moraju da budu u karantinu. Karantin traje deset dana od poslednjeg kontakta sa zaraženom osobom.
- Ako se tokom tog vremena ne utvrdi postojanje infekcije, nadležno telo će ukinuti karantin.

Aplikacija SwissCovid podržava contact tracing: Ona utvrđuje da li smo imali kontakt sa zaraženom osobom. Na taj način možemo zaustaviti lanac prenošenja zaraze. Vidi poglavlje → [Aplikacija SwissCovid](#) 

Napomena o aktuelnom stanju: Contact tracing nalazi se u nadležnosti kantona. Kantoni odlučuju kako će upravljati svojim resursima kod velikog broja slučajeva. Prema tome, moguće je da Vam nadležna kantonalna kancelarija ne javi blagovremeno i uputi Vas na izolaciju ili karantin. **Zbog toga je važno da se u samom slučaju sami povučete u izolaciju ili karantin.** I da, u slučaju da ste pozitivni na virus Covid-19, sami obavestite svoje bliske kontakte.

4.3 Šta morate učiniti ako ste imali kontakt sa osobom koja je zaražena virusom korona?

Da li ste bili u bliskom kontaktu sa osobom koja je pozitivna na novi virus korona? Sledećih dana možete biti zarazni, a da niste ni svesni toga. Kako treba da se ponašate zavisi od toga da li je pozitivna osoba za vreme kontakta bila zarazna i da li je kontakt bio blizak. Odgovorite, zbog toga, na sledeća pitanja:

Prvo pitanje: Da li je osoba u tom trenutku bila zarazna?

Odlučujući period: Osoba je zarazna 2 dana pre pojave prvih simptoma do 10 dana nakon pojave prvih simptoma. Kod težeg toka bolesti, zaražena osoba može duže vreme da prenosi zarazu.

- Ako ste sa tom osobom imali kontakt pre tog perioda, infekcija je malo verovatna, pa prema tome ne morate ići u karantin.
- Ukoliko ste sa pozitivnom osobom imali kontakt dok je bila zarazna, onda odgovorite na sledeća dva pitanja:

Drugo pitanje: Da li je kontakt bio «blizak»?

Kao «blizak kontakt» važi lični kontakt, kojim ste mogli da se zarazite. Što je duže trajao kontakt sa pozitivnom osobom, to je infekcija verovatnija. Ako je bilo zaštite, na primer nekim odvojenim zidom ili su obe osobe nosile masku, onda tu nije reč o bliskom kontaktu.

Orijentišite se prema sledećem ključnom načelu: Kontakt je bio blizak, ako duže vreme niste držali dovoljno rastojanje od druge osobe i ako nije bilo zaštite. «Duže vreme» znači zbirno više od 15 minuta po danu (kumulativno). «Nedovoljno rastojanje» znači manje od 1,5 metara rastojanja.

Vodite računa o sledećem: Vreme delovanja virusa ne zna za pauzu. Zbog toga je 15 minuta orijentir. U uskom prostoru (npr. u autu) kontakt može biti «blizak», čak iako traje kraće.

4.4 Da li smem povremeno da izlazim u šetnju, na svež vazduh ili u nabavku za vreme karantina?

Ne. Smisao karantina jeste da se prekine lanac širenja novog virusa korona. Zbog toga je potrebno da izbegavate fizički kontakt sa drugim osobama za vreme karantina. To, međutim, ne znači da su društveni kontakti preko telefona ili video telefonije zabranjeni.

Za decu važi sledeći izuzetak: Vaše dete sme da izađe nakratko napolje za vreme karantina. Ali pritom je zabranjeno da Vaše dete ima kontakta sa ljudima izvan porodice.

5. Aplikacija SwissCovid N



Aplikacija SwissCovid za mobilne telefone (Android/iPhone) je zvanična aplikacija za praćenje kontakata Veća za utvrđivanje kontakata kod infekcija novim virusom korona.

Aplikacija doprinosi suzbijanju novog virusa korona. Ona predstavlja dopunu klasičnog praćenja kontakata, to jest, praćenja novih infekcija u okviru kantona i samim tim pomaže u prekidanju lanaca širenja infekcije.

Aplikacija SwissCovid je dostupna u prodavnicama Apple Store i Google Play Store:

- [Google Play Store za Android telefone](#)
- [Apple Store za iOS uređaje](#)

Film: Link ka videu o instaliranju i aktivaciji aplikacije SwissCovid (na jezicima - nemački, francuski, italijanski, retoromanski, engleski, albanski, srpski, portugalski, španski): www.foph-coronavirus.ch/swisscovid-app/#activate

5.1 Kako funkcioniše prepoznavanje susreta koje su imali korisnici, preko aplikacije SwissCovid? N

Ako je aplikacija aktivirana, mobilni telefon će putem bluetooth-a poslati nasumični identifikacioni kod (IDs). To su dugi znakovni nizovi, nasumično određeni, koji ne odaju nikakve informacije u vezi sa osobom ili uređajem.

Ukoliko se mobilni telefoni sa aktiviranom aplikacijom SwissCovid ili kompatibilnom aplikacijom ProximityTracing nađu jedan pored drugog, tada ovi uređaji razmenjuju svoje nasumične ID-ove.

Ostale informacije o tome pronaći ćete u brošuri o aplikaciji SwissCovid: www.bag.admin.ch/migration-covid-en

Film: Link ka videu sa objašnjenjem aplikacije SwissCovid (na jezicima - nemački, francuski, italijanski, retoromanski, engleski, albanski, srpski, portugalski, španski): www.foph-coronavirus.ch/downloads/#swisscovid

5.2 Šta moram da uradim ako me aplikacije SwissCovid obavesti da postoji mogućnost infekcije? N

Pratite preporuke iz aplikacije:

- Zaštitite svoje okruženje tako što ćete izbegavati lične kontakte tokom 10 dana nakon moguće infekcije. Aplikacija SwissCovid će Vas obavestavati još koliko dana je preostalo.

- Nazovite info liniju SwissCovid i posavetujte se o mogućnostima besplatnog testiranja i raspitajte se u vezi sa izbegavanjem kontakata. Broj telefona naći ćete u slučaju javljenja u samoj aplikaciji.

Testirajte se odmah, ako vam se pojave simptomi virusa Covid-19 (Vidi pitanje → [Koji simptomi se javljaju prilikom oboljevanja od novog virusa korona?](#)).

6. Maske

U mnogim mestima u Švajcarskoj obavezno je nošenje maski (vidi sledeće pitanje → [Gde važi obavezno nošenje maski?](#)).

Generalno važi: Nosite masku kada niste kod kuće i ne možete u potpunosti da držite odstojanje od drugih ljudi. Maska treba uvek da pokriva nos i usta.

Nošenje maske na javnom mestu služi u prvoj liniji kao zaštita od drugih ljudi. Inficirana osoba može da prenese infekciju već dva dana od nastanka simptoma, a da toga nije ni svesna. Ako u skućenom prostoru svi nose maske, svako je zaštićen od drugih. Iako time nije zagarantovana apsolutna zaštita, ovom merom se otežava širenje infekcije.

6.1 Gde važi obavezno nošenje maski?

- **Obavezno nošenje maski u sredstvima javnog prevoza i u avionu:** U sledećim prevoznim sredstvima i na sledećim mestima javnog prevoza morate nositi masku:
 - Voz, tramvaj, autobus
 - Uspinjače i žičare
 - Brod
 - Avion (svi linijski i čarter letovi koji poleću ili sleću unutar Švajcarske)
 - Na peronima, tramvajskim i autobuskim stajalištima, čak iako su ova mesta na otvorenom.
 - Na železničkim stanicama, aerodromima i drugim pristupnim zonama javnog prevoza, čak iako su ova mesta na otvorenom.
- **Obavezno nošenje maski na javnim prostorima u celoj Švajcarskoj:** Na svim javnim prostorima koji pripadaju ustanovama i preduzećima obavezno je nošenje maski. Ovo se odnosi i na otvorene i na zatvorene zone. To su, na primer:
 - Prodavnice, tržni centri, banke i pošte
 - Muzeji, biblioteke, bioskopi, pozorišta i koncertne sale
 - Zoološki vrtovi, botaničke bašte i životinjski parkovi
 - Restorani, barovi, igraonice i hoteli (izuzev soba za goste)
 - Ulazne prostorije i garderobe bazena, sportskih objekata i fitnes centara
 - Zdravstvene ustanove, lekarske ordinacije i javno dostupni prostori bolnica i staračkih domova
 - Crkve i verske institucije
 - Socijalne institucije, savetodavni centri i smeštaji
 - Prostorije javne uprave dostupne javnosti, na primer socijalne službe, sudovi i unutrašnje prostorije dostupne javnosti u kojima se održavaju zasedanja parlamenta ili skupovi opština
 - Pijace, uključujući božićne vašare

- **Obavezno nošenje maski na javnom prostoru:** Nošenje maske na javnom prostoru, kao što su ulica, trotoar, parkovi i igrališta, regulisano je na sledeći način:
 - U prometnim pešačkim zonama i u centrima sela.
 - Svuda gde ima mnogo ljudi sa kojima ne možete da budete na stalnom rastojanju od 1,5 metara. Ovo važi i u slučaju kada sretnete prijatelje ili poznanike, pa ne možete da održite rastojanje.
- Obavezno nošenje maski **u zatvorenom prostoru na poslu:** Na poslu morate nositi masku u zatvorenim prostorijama. Ovo ne važi u slučaju da radite u izdvojenoj prostoriji ili ste u mogućnosti da držite odstojanje od 1,5 metara od drugih osoba. Takođe i u slučaju da iz sigurnosnih razloga ne smete nositi masku.
- **Obavezno nošenje maski u obrazovnim ustanovama sekundarnog stepena II:** U obrazovnim ustanovama sekundarnog stepena II, kao na primer u gimnazijama, zanatskim školama ili srednjim stručnim školama obavezno je nošenje maski. Mladi, nastavno i drugo osoblje moraju nositi maske. Nošenje maski je obavezno za vreme nastave, kao i u krugu škole

6.2 Da li su mala deca i druge osobe izuzeti obaveznog nošenja maski?

Deca mlađa od dvanaest godina nisu obavezna da nose maske. Osim toga, od ovih mera su izuzete osobe koje ne smeju da nose maske iz posebnih razloga, naročito iz medicinskih razloga.

6.3 Ako nemam masku: Da li smem da stavim šal ili maramicu preko lica i nosa?

Ne, nošenje šala ili maramice predstavlja kršenje obaveznog nošenja maske. Šalovi ne štite u dovoljnoj meri od infekcije i veoma ograničeno štite druge osobe. Morate da nosite higijensku masku ili industrijski izrađenu tekstilnu masku.

7. Okupljanja, manifestacije i aktivnosti u slobodno vreme:

Obaveze i zabrane, koje su opisane ovde, važe u celoj Švajcarskoj. U određenim kantonima važe stroža pravila.

7.1 Koje vrste okupljanja su zabranjene?

Zabrana spontanih okupljanja više od 15 osoba na javnom prostoru. Otvoreni prostori su, na primer, javni trgovi, šetališta i parkovi.

7.2 Koja pravila važe za javne i privatne manifestacije?

Zabranjeni su privatni skupovi u krugu porodice i prijatelja (koji se ne održavaju na javnim mestima, npr. kod kuće) sa više od **10 osoba**. Ukoliko je moguće, izbegavajte privatne skupove.

Zabranjeno je da se održavaju skupovi **sa više od 50 učesnika**. To se odnosi na sve sportske, kulturne i druge manifestacije, izuzetak su sazivi parlamenta i opštinskih skupština. Kao i do sada, i dalje su dozvoljene političke demonstracije i sakupljanje potpisa za referendume i inicijative – uz neophodne zaštitne predostrožnosti.

7.3 Koja pravila važe za sportske i kulturne slobodne aktivnosti?

Sportske i kulturne slobodne aktivnosti dozvoljene su u zatvorenom prostoru do 15 osoba, ako se drži dovoljno rastojanje i ako se nose maske. Od nošenja maski se može odustati ako je prostor izrazito velik, kao na primer u halama za tenis ili velikim salama. Na otvorenom dovoljno je da se održava samo rastojanje. Kontaktni sportovi su zabranjeni. Ovo ne važi za decu mlađu od 16 godina.

U sferi profesionalnog bavljenja sportom i kulturom, dopušteni su treninzi i takmičenja odnosno probe i nastupi. Činjenica da prilikom pevanja dolazi do povećanog raspršivanja kapljica jeste povod da se zabrane amaterski horovi, probe su dozvoljene profesionalnim horovima.

7.4 Koja pravila važe za barove i restorane?

- Broj gostiju za istim stolom sme da iznosi najviše 4 osobe. Ovo se ne odnosi na roditelje sa decom.
- Na snazi je zabrana rada od 23.00 do 06.00.
- Obavezno sedenje u restoranima i barovima: Hrana i piće mogu se konzumirati samo u sedećem položaju

7.5 Koja pravila važe za diskoteke i plesne lokale?

Zabranjen je rad diskoteka i plesnih lokala, kao i održavanje plesnih manifestacija.

8. Rad od kuće

Ukoliko je moguće, radite od kuće. Tako ćete smanjiti broj kontakata, ali i širenje virusa.

Za zaposlene koji ne mogu da rade od kuće važi Zakon o radu: Poslodavac je dužan preduzeti odgovarajuće mere za zaštitu zdravlja zaposlenih.

9. Putovanja/ulazak u Švajcarsku

9.1 O čemu moram da vodim računa kada dolazim u Švajcarsku iz inostranstva? Koja pravila važe za ulazak u Švajcarsku?

Počev od 6. jula 2020. sva lica su obavezna da nakon ulaska u Švajcarsku iz određenih regiona provedu 10 dana u karantinu.

Listu zemalja ili regiona u kojima je povećan rizik od infekcije virusom korona, kontaktne podatke kantonalnih nadležnih tela i izuzetke od obaveze karantina možete naći na adresi: www.bag.admin.ch/einreise

Ova lista se redovno ažurira zbog epidemiološke situacije. Negativni rezultat testa ne isključuje karantin.

Prijavite ulazak u zemlju u roku od dva dana [nadležnom kantonalnom telu](http://www.bag.admin.ch/einreise) i pridržavajte se uputstava tog nadležnog tela: www.bag.admin.ch/einreise#1759131064

Ako se lice ne pridržava boravka u karantinu ili obavezne prijave, to znači da je načinilo prekršaj prema Zakonu o zaštiti stanovništva od zaraznih bolesti koji je kažnjiv u iznosu do 10.000 CHF.

Ukoliko imate pitanja o karantinu, pozovite info liniju da dolazeće putnike BAG: +41 58 464 44 88 (svakog dana 6 do 23 sati).



Možete skenirati ovaj QR kod mobilnim telefonom kako biste direktno dospeli do internet stranice www.bag.admin.ch/einreise.

10. Zatražite pomoć

10.1 Gde mogu da pronađem dodatne informacije na svom maternjem jeziku?

Na internet platformi migesplus.ch pronaći ćete još mnogo pouzdanih informacija o virusu Covid-19, kao i o drugim zdravstvenim temama:

www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19

10.2 Šta mogu da uradim ako u bolnici niko ne govori mojim jezikom i niko ga ne razume?

Na samom prijemu u bolnicu zatražite usluge tumača. Usluge tumača su dostupne i putem telefona. Ako angažujete profesionalne tumače, ne morate da vodite pratioce za sobom kako bi prevodili te ih samim tim štitite od infekcije. Pri medicinskim intervencijama imate pravo na to da razumete i da vas razumeju.

10.3 Morate da ostanete kod kuće, a trebaju vam namirnice ili lekovi? Ili želite da pomognete nekome?

Razmislite o svom direktnom okruženju:

- Možete li nekoga da zamolite za pomoć?
- Ili možete li nekome drugom da ponudite svoju pomoć?

Ostale opcije:

- Obratite se opštinskoj ili gradskoj upravi
- Koristite aplikaciju „Five up“
- Posetite www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

Na snazi i dalje ostaje: Uvek se morate pridržavati pravila higijene i ponašanja.

10.4 Da li se brinete ili vam je potrebno da razgovarate sa nekim?

Ovde ćete pronaći informacije:

- Na internetu na adresama www.dureschnufe.ch (nemački) / www.santepsy.ch (francuski) / www.salutepsi.ch (italijanski)
- Telefonsko savetovanje preko broja 143 (udruženje „Die Dargebotene Hand“)

10.5 Osećate li se ugroženo kod kuće? Tražite li pomoć ili zaštitu?

- Brojeve telefona i adrese e-pošte za anonimno savetovanje i zaštitu u celoj Švajcarskoj možete naći na adresama www.opferhilfe-schweiz.ch (nemački) / www.aide-aux-victimes.ch (francuski) / www.aiuto-alle-vittime.ch. (italijanski)
- U **hitnim slučajevima** pozovite policiju: Broj telefona **117**

Ostali bitni brojevi telefona:

- **Hitni poziv za sanitet (ambulance) 144:** Ovaj broj je dostupan u celoj Švajcarskoj 24/7 za sve medicinske hitne slučajeve.
- **Linija za informacije** o novom virusu korona: Ako pozovete broj **058 463 00 00** možete da dobijete odgovore na pitanja o novom virusu korona.
- Ako **nemate izabranog lekara: Medgate** vam je dostupan putem broja **0844 844 911** svakog dana i u toku noći.

11. Više informacija

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus (nemački, francuski, italijanski, engleski)