



Odpoczywaj  
w Polsce  
Bezpiecznie



POLSKA  
ORGANIZACJA  
TURYSTYCZNA



# Dekalog bezpiecznego turysty

Rekomendacje Polskiej Organizacji Turystycznej  
po uzgodnieniach z Głównym Inspektorem Sanitarnym  
dla osób planujących wyjazdy w celach turystyczno-wypoczynkowych.



## 1. W podróż wybieraj się tylko jeżeli jesteś zdrowy.

Jeżeli źle się czujesz, masz gorączkę, kaszel lub inne objawy wskazujące na możliwość zakażenia koronawirusem – zostań w domu, skontaktuj się z organizatorem wyjazdu i spróbuj go przełożyć lub, w ostateczności, odwołać.



## 2. Podróżuj z osobami, z którymi spędzasz czas na co dzień.

Jeżeli możesz, to wyjeżdżaj z osobami, z którymi mieszkasz w jednym gospodarstwie domowym i / lub spędzasz czas na co dzień. Unikaj bliskiego kontaktu z innymi ludźmi, a jeśli jesteś w miejscach publicznych gdzie przebywają inni – pamiętaj o dystansie społecznym min. 2 m oraz zakrywaniu ust i nosa.



## 3. Zachowaj bezpieczeństwo w środkach transportu.

W przypadku korzystania z transportu zbiorowego stosuj się do obowiązujących zasad i zaleceń. Zakrywaj usta i nos. Staraj się unikać tłoku i godzin szczytu. Często dezynfekuj ręce. Jeżeli przemieszczasz się samochodem razem z osobami, z którymi mieszkasz, nie masz obowiązku zakrywania ust i nosa.



## 4. Stosuj się do zasad obowiązujących w obiektach.

Zapoznaj się i stosuj do zasad odnoszących się do bezpieczeństwa sanitarno-epidemiologicznego we wszystkich odwiedzanych miejscach: obiektach noclegowych, obiektach gastronomicznych, atrakcjach turystycznych.



## 5. Sprawdź w miejscu zakwaterowania, w jakim zakresie świadczą usługi.

W tej chwili w hotelach i obiektach noclegowych ograniczona zostaje nadal działalność restauracji hotelowych i przestrzeni rekreacyjnych. Siłownie, sale pobytu i baseny pozostają zamknięte. Natomiast restauracje hotelowe mogą wydawać posiłki gościom hotelowym do pokoju. Aktualne informacje o ograniczeniach dotyczących działalności hoteli i innych miejsc noclegowych znajdziesz na stronie Ministerstwa Rozwoju.



## 6. Pamiętaj o ograniczeniu działalności obiektów gastronomicznych.

Planując swój wyjazd, pamiętaj, że na obecnym etapie epidemii wszystkie restauracje, kawiarnie i bary mogą świadczyć usługi jedynie na wynos i dowóz, aktualnie nie ma więc możliwości spożywania posiłków na ulicy, w restauracjach, barach, kawiarniach.



## 7. Spędzaj czas w sposób zgodny z zasadą zachowania dystansu społecznego.

Podczas podróży i pobytu w odwiedzanym miejscu wybieraj takie aktywności i sposoby spędzania czasu, które umożliwiają zachowanie dystansu społecznego tj. odległości min. 2 m osoba od osoby. Unikaj skupisk ludzkich. Pamiętaj o obowiązującym obecnie zakazie organizowania zgromadzeń oraz imprez. Noś w miejscach publicznych osłonę ust i nosa.



## 8. Sprawdź, czy atrakcja turystyczna jest dostępna.

Planując wyjazd, weź pod uwagę, że nie wszystkie atrakcje turystyczne funkcjonują. Sprawdź to, dzwoniąc do niej lub sprawdzając na ich stronach w Internecie.



## 9. Jeżeli zachorujesz podczas wyjazdu, zastosuj się do obowiązujących zasad i zaleceń.

Jeżeli podczas podróży lub pobytu w odwiedzanym miejscu źle się poczujesz i zaobserwujesz u siebie takie objawy jak: gorączka, kaszel lub inne, wskazujące na możliwość zakażenia koronawirusem, zastosuj się do zasad wskazanych na stronie <https://www.gov.pl/web/koronawirus>, pozostań w pokoju oraz poinformuj o tym obsługę obiektu, w którym przebywasz.



## 10. Stosuj się do aktualnych zasad i ograniczeń.

Zachowaj dystans społeczny wynoszący min. 2 m osoba od osoby, zasłaniaj usta i nos w miejscach publicznych, w miarę możliwości wybierz płatności bezgotówkowe, często myj lub dezynfekuj ręce. Pamiętaj, że najbardziej wiarygodnym źródłem informacji o obowiązujących aktualnie zasadach i ograniczeniach są strony: [www.gov.pl/web/koronawirus](http://www.gov.pl/web/koronawirus) i [www.gis.gov.pl](http://www.gis.gov.pl)