

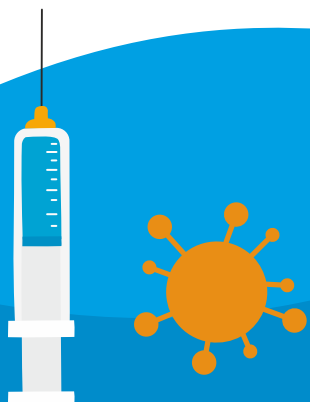
## CZY WIESZ, ŻE...

**Wszystkie osoby 60+** mają wystawione e-skierowania na szczepienie.

**Jeśli Twoje e-skierowanie wygaśło** (czyli nie zapisałeś/-aś się na szczepienie w terminie 90 dni od jego wystawienia lub Twoja wizyta umówiona, kiedy e-skierowanie było ważne, została odwołana) – **nowe e-skierowanie zostanie ci automatycznie wystawione i będzie dostępne w e-rejestracji.**

## Rejestracja na szczepienie

- zadzwoń na infolinię 989,
- zarejestruj się online przez e-Rejestrację,
- wyślij SMS o treści SzczepimySie na numer 880 333 333,
- zapisz się bezpośrednio w punkcie szczepień (najlepiej telefonicznie).



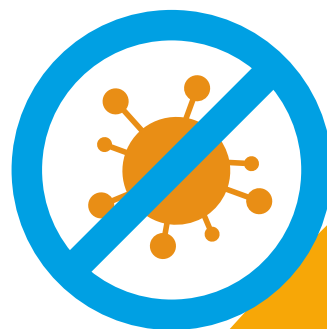
## 📍 Szczepienia realizowane są w:

### Przychodni POZ Nr 5

w Rzeszowie przy ul. Hoffmanowej 8a:  
środa i czwartek: 11.00-14.00  
tel. 17 853 59 73

### Szpitalu Miejskim im. Jana Pawła II

w Rzeszowie przy ul. Rycerskiej 4:  
Poradnia Chirurgii Ogólnej:  
poniedziałek – piątek od godz. 8.00  
tel. 601 966 205



SAMODZIELNY PUBLICZNY  
ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ NR 1  
W RZESZOWIE



## Seniorze! Zaszczep się!

Chroń siebie i innych



bezpłatne  
**szczepienia**  
przeciw **COVID-19**

#szczepimysię

#szczepimysię

## Dlaczego warto się zaszczepić przeciwko COVID-19?

- Bo uchronisz siebie przed niebezpieczeństwem.
- Bo uratujesz komuś życie.
- Bo możesz!
- Bo pomożesz zwalczyć pandemię na świecie.
- Bo zyskasz spokój.
- Bo szczepionki są bezpieczne.
- Bo zostaniesz zbadany.
- Bo dzięki Tobie szybciej wrócimy do normalności!
- Powrót do normalności oznacza:
  - odejście od maseczek, swobodne spotkania z rodziną i przyjaciółmi, powrót dzieci do szkół, rozwój gospodarki, ochronę miejsc pracy oraz szansę na nowe zatrudnienia, swobodny dostęp do basenów, siłowni, kin i teatrów, wakacje bez ograniczeń, poprawę jakości życia nas wszystkich.
- Szczepionki są najbardziej skuteczną metodą chroniącą przed zarażeniem różnymi chorobami.

Każdy z nas może zatrzymać pandemię. Przyjęcie szczepionki to nie tylko ochrona nas samych, to także ochrona naszych dzieci, wnuków i przyjaciół.

**Wszyscy musimy być solidarni.**

Wspólnie  
zatrzymajmy  
pandemię!

## Proces szczepienia obejmuje:

- kwestionariusz,
- kwalifikację lekarza,
- szczepienie.

## Jak się przygotować do szczepień?

- **Wyśpij się.**
- **Ogranicz alkohol** – na kilka dni przed szczepieniem, ale też i po przyjęciu preparatu.
- **Bądź aktywny fizycznie.**
- **Zjedz wartościowy posiłek** przed szczepieniem.
- **Nie odstawiaj na własną rękę leków**, które regularnie przyjmujesz – skonsultuj to z lekarzem.

## Ważne informacje dotyczące szczepienia:

- Szczepionkę podaje się domięśniowo,
- Po wykonanym szczepieniu musisz odczekać 15 minut we wskazanym miejscu, jest to standardowe działanie, na wypadek gorszego samopoczucia po przyjętej szczepionce,
- Pamiętaj o maseczce,
- Nie zdejmuj od razu plastra po szczepieniu, odczekaj do 30 minut,
- Pełne szczepienie to dwie dawki szczepionki, więc nie zapomnij o umówieniu od razu termin drugiego szczepienia.

## Transport na szczepienie

Jeżeli jesteś mieszkańcem Rzeszowa, masz wyznaczony termin i miejsce szczepienia przeciwko COVID-19 skontaktuj się z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Rzeszowie w celu zorganizowania transportu do punktu szczepień.

**Zadzwoń pod numer:**

**607 270 832** w godzinach od 7:30 do 15:30  
lub

**17 863 02 53** w godzinach od 15:30 do 7:30



Szczepionka przeciw  
COVID-19 jest **darmowa**  
i **dobrowolna**.

#szczepimysię