

**Opinia do projektu rozporządzenia Rady Ministrów zmieniającego  
rozporządzenie w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i  
zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii (RD 356)**

I. Opis sytuacji problemowej

Jak wskazuje Projektodawca, projekt ma na celu ograniczenie ryzyka związanego z wystąpieniem epidemii wywołanej nowym koronawirusem SARS-CoV-2.

W projekcie przewiduje się:

- 1) przedłużenie większości obowiązujących ograniczeń, nakazów i zakazów do dnia 7 maja 2021 r.;
- 2) zwiększenie liczby osób mogących korzystać z obiektów sportowych na otwartym powietrzu oraz umożliwienie korzystania z basenów i obiektów sportowych zamkniętych przez zorganizowane grupy dzieci i młodzieży do 18 roku życia (przy zastrzeżeniu, że w obiekcie sportowym albo na basenie może przebywać nie więcej niż połowa obłożenia tego obiektu albo basenu);
- 3) umożliwienie prowadzenia – w reżimie sanitarnym – działalności przez instytucje kultury oraz inne podmioty działające na podstawie przepisów ustawy z dnia 21 listopada 1996 r. o muzeach (Dz. U. z 2020 r. poz. 902), galerie sztuki oraz inne instytucje kultury prowadzące działalność wystawienniczą;
- 4) umożliwienie – w reżimie sanitarnym oraz z zastrzeżeniem limitu obsługiwanych osób w przeliczeniu na m<sup>2</sup> – prowadzenia działalności obiektów handlowych lub usługowych, w tym parków handlowych;
- 5) zwiększenie limitu osób (w przeliczeniu na m<sup>2</sup>) mogących uczestniczyć w zgromadzeniach odbywających się w budynkach i innych obiektach kultu religijnego;
- 6) wprowadzenie kolejnych wyjątków od zakazu organizacji zgromadzeń, tj.:

- a) uroczystości o charakterze państwowym lub międzypaństwowym wyłącznie z udziałem organizatorów, zaproszonych gości oraz osób zaangażowanych w organizację i obsługę uroczystości, co pozwoli na organizację takich uroczystości w bieżącej sytuacji epidemicznej;
- b) egzaminów na uprawnienia do uprawiania turystyki wodnej, o których mowa w art. 37a ust. 8 ustawy z dnia 21 grudnia 2000 r. o żegludze śródlądowej (Dz. U. z 2020 r. poz. 1863), co jest szczególnie istotne w związku ze zbliżającym się rozpoczęciem sezonu żeglarskiego;
- c) egzaminów dla osób ubiegających się o wydanie następujących świadectw operatorów urządzeń radiowych w służbie radiokomunikacyjnej morskiej:
- świadectw radioelektronika pierwszej klasy (GMDSS),
  - świadectw radioelektronika drugiej klasy (GMDSS),
  - świadectw ogólnych operatora (GMDSS),
  - świadectw ograniczonych operatora (GMDSS),
  - świadectw operatora stacji nadbrzeżnej,
- d) egzaminów dla osób ubiegających się o odnowienie świadectw określonych w projektowanym § 26 ust. 13 pkt 27
- co wynika z konieczności zapewnienia ciągłości funkcjonowania zawodowego tych operatorów, ponieważ posiadanie jednego z powyższych uprawnień jest niejednokrotnie warunkiem koniecznym do pełnienia przez marynarzy potrzebnych funkcji na statkach i stacjach nadbrzeżnych, w ramach wykonywania określonych zawodów;
- 7) modyfikację dotyczącą osób uprawnionych do szczepień przeciwko COVID-19 (dopuszczenie do szczepienia populacyjnego osób urodzonych w latach 1982–2002 oraz osób pełnoletnich urodzonych w 2003 r. ).

Zgodnie z art. 4 ust. 2 ustawy z dnia 20 lipca 2000 r. o ogłaszaniu aktów normatywnych i niektórych innych aktów prawnych (Dz. U. z 2019 r. poz. 1461) w uzasadnionych przypadkach akty normatywne mogą wchodzić w życie w terminie krótszym niż czternaście dni, a jeżeli

ważny interes państwa wymaga natychmiastowego wejścia w życie aktu normatywnego i zasady demokratycznego państwa prawnego nie stoją temu na przeszkodzie, dniem wejścia w życie może być dzień ogłoszenia tego aktu w dzienniku urzędowym. Przedłożony projekt rozporządzenia przewiduje, że ze względu na trwający stan epidemii COVID-19, wejdzie ono w życie z dniem 3 maja 2021 r., z wyłączeniem przepisów dotyczących osób uprawnionych do szczepień, które wejdą w życie z dniem 30 kwietnia 2021 r., oraz przepisów dotyczących korzystania z obiektów sportowych, a także wyjątków od zakazów zgromadzeń, które wejdą w życie z dniem 1 maja 2021 r.

## II. Zestawienie opinii przedstawicieli organizacji pacjenckich.

Konsultacje/ankietowanie na Platformie Konsultacji prowadzone były w postaci zestawu pytań zamkniętych. Poniżej zaprezentowano wyniki procesu konsultacji jakie zostały przeprowadzone:

1. Czy Pani/Pana zdaniem długotrwały brak regularnej aktywności fizycznej negatywnie wpływa na kondycję fizyczną uczniów?

Warianty odpowiedzi	Ilość
Tak	8
Nie	0
Nie mam zdania	2

2. Czy Pani/Pana zdaniem możliwości organizowania zajęć sportowych przy pomocy środ-



Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



ków bezpośredniego porozumiewania się na odległość - za pomocą środków masowego przekazu – sieć Internet, social media, jest wystarczającym lub odpowiednim sposobem na poprawienie lub co najmniej utrzymanie kondycji fizycznej, w szczególności dzieci i młodzieży w okresie pandemii?

Warianty odpowiedzi	Ilość
Tak	2
Nie	6
Nie mam zdania	2

3. Czy Pani/Pana zdaniem zapisy przedmiotowego rozporządzenia zmniejszające ww. ograniczenia i zakazy dotyczące korzystania z miejsc oraz urządzeń do uprawiania sportu i rekreacji są wystarczające do tego, aby nadrobić pogorszenie się fizycznej kondycji obywateli w okresie, kiedy ww. zakazy obowiązywały?

Warianty odpowiedzi	Ilość
Tak	5
Nie	4
Nie mam zdania	1

4. Czy Pani/Pana zdaniem zwiększenie liczby osób mogących korzystać z obiektów sportowych na otwartym powietrzu oraz umożliwienie korzystania z basenów i obiektów sportowych zamkniętych przez zorganizowane grupy dzieci i młodzieży do 18 roku życia jest wystarczające dla poprawy stanu fizycznego dzieci i młodzieży?

Warianty odpowiedzi	Ilość
Tak	2
Nie	6
Nie mam zdania	2

5. Czy Pani/Pana zdaniem zapisy projektowanego rozporządzenia mogą mieć pozytywny wpływ nie tylko na grupę osób starszych i niepełnosprawnych, ale także na dzieci i młodzież, w zakresie korzystania z usług w dziedzinach podlegających ograniczeniom?

Warianty odpowiedzi	Ilość
Tak	5
Nie	2
Nie mam zdania	3

Odpowiedzi uzyskane podczas konsultacji zostały wzięte pod uwagę przy przygotowaniu opinii Federacji Pacjentów Polskich.

### III. Opinia Federacji Pacjentów Polskich

Przyjęty w Polsce model odnoszący się do ograniczeń i zakazów w zakresie funkcjonowania życia gospodarczego i społecznego, mający na celu zwalczanie pandemii i ograniczanie jej skutków, okazał się bardzo restrykcyjny, co wywiera negatywny wpływ m.in. na stan fizyczny obywateli,

czego skutkiem jest pogarszający się również stan ich zdrowia, nie mający bezpośredniego związku z zachorowaniem na Covid-19.

Eksperti wielokrotnie wskazywali, że dzieci często przechodzą COVID-19 bezobjawowo, ale widać u nich konsekwencje choroby. Wśród nich są zmęczenie, duszności, osłabienie siły mięśniowej, ale również zdarzają się bóle w klatce piersiowej, zaburzenia rytmu pracy serca, bóle głowy i omdlenia. Na te objawy dodatkowo nakłada się długotrwały brak regularnej aktywności fizycznej, co też negatywnie wpływa na kondycję fizyczną uczniów. W połączeniu z chronicznym zmęczeniem i osłabieniem wszystko to może zaburzać ich normalny powrót do szkoły.

Czas pandemii koronawirusa pogłębił problem złej kondycji i słabej sprawności fizycznej dzieci i młodzieży. Aktywność fizyczna została niemal wyeliminowana z życia i spontaniczny ruch jest bardzo rzadki, m.in. przez brak regularnych zajęć. Co więcej, z powodu nauki zdalnej dzieci spędzają całe dni przed komputerem.

Specjaliści z Instytutu Centrum Zdrowia Matki Polki i Uniwersytetu Medycznego w Łodzi zbadali, jak pandemia koronawirusa wpływa na sprawność fizyczną dzieci w wieku od 7 do 14 lat. Na przełomie roku 2020/21 przebadali 100 dzieci. Oceniali postawę ciała, kręgosłup, stopy, sprawdzali też, jak młodzież się porusza, czy potrafi wykonać pewne ćwiczenia.

Stan dzieci w trakcie pandemii koronawirusa okazał się dramatyczny. U ponad 90 proc. przebadanych stwierdzono m.in. pogłębioną kifozę piersiową, czyli wygięcie kręgosłupa tak, że klatka piersiowa się zamyka, kurczy i ma gorszą wentylację. W badaniu stóp - w normie mieściło się tylko 50 proc. dzieci biorących udział w badaniu. Prawie 60 proc. miało nadwagę bądź otyłość.

Naukowcy prowadzący badania sformułowali generalne ostrzeżenie, że nadwaga, wady postawy to nie tylko defekt kosmetyczny. To także szybsze postępowanie choroby zwyrodnieniowej, cukrzyca. Może się okazać, że w wieku 20 lat będzie problem ze stawami

biodrowymi i kolanowymi a przede wszystkim kręgosłupem. Postawa ciała to też układ sercowo-naczyniowy, który nie jest w stanie pracować optymalnie, np. przy nadwadze. Ze złą postawą ciała mogą się też wiązać zaburzenia funkcjonowania narządów wewnętrznych, np. żołądka, a więc pojawiają się zaburzenia pokarmowe, trawienne czy ograniczona wentylacja płuc.

Wprawdzie zapisy przedmiotowego projektu rozporządzenia przewidują przedłużenie większości obowiązujących ograniczeń, nakazów i zakazów co najmniej do 7 maja 2021 r., to zgodnie ze wskazaniami projektodawcy, rozporządzenie może mieć wpływ nie tylko na grupę osób starszych i niepełnosprawnych, ale przede wszystkim dzieci i młodzieży w zakresie korzystania z usług w dziedzinach podlegających ograniczeniom.

Projekt m.in. zakłada zwiększenie liczby osób mogących korzystać z obiektów sportowych na otwartym powietrzu oraz umożliwienie korzystania z basenów i obiektów sportowych zamkniętych przez zorganizowane grupy dzieci i młodzieży do 18 roku życia (przy zastrzeżeniu, że w obiekcie sportowym albo na basenie może przebywać nie więcej niż połowa obłożenia tego obiektu albo basenu).

Powyższy zapis należy oceniać jako niewielki krok w dobrym kierunku w stosunku do rozporządzenia z grudnia 2020, które stanowiło, że prowadzenie działalności związanej ze sportem, rozrywkowej i rekreacyjnej, polegającej na organizacji współzawodnictwa sportowego, zajęć sportowych i wydarzenia sportowego, jest dopuszczalne wyłącznie w przypadku:

sportu zawodowego w rozumieniu rozporządzenia Komisji uznającego niektóre rodzaje pomocy za zgodne z rynkiem wewnętrznym, zawodników pobierających stypendium sportowe, zawodników będących członkami kadry narodowej, zawodników będących członkami reprezentacji olimpijskiej, zawodników będących członkami reprezentacji paraolimpijskiej, zawodników uprawiających sport w ramach ligi zawodowej oraz dzieci i

młodzieży uczestniczącej we współzawodnictwie sportowym prowadzonym przez odpowiedni polski związek sportowy;

Aby uczestniczyć ww. aktywności sportowej niezbędne było posiadanie dokumentu wystawionego przez polski związek sportowy, którym mogła być również aktualna licencja zawodnicza (za taki dokument uznaje się również licencje polskich związków sportowych wydane w zakresie każdego szczebla współzawodnictwa sportowego).

Niestety, prowadzenie działalności basenów, siłowni, klubów i centrów fitness było dopuszczalne jedynie w przypadku, jeżeli są one przeznaczone dla członków kadry narodowej polskich związków sportowych.

„Na pocieszenie” władze wskazały, że rozporządzenie nie wprowadza ograniczeń w zakresie indywidualnego uprawiania sportu poza obiektami sportowymi (z zastrzeżeniem niekolidowania z obostrzeniami wynikającymi z rozporządzenia Rady Ministrów – zakrywanie ust i nosa w miejscach objętych tym obowiązkiem lub nieprzekraczanie liczby 5 uczestników znajdujących się w tym samym miejscu). Ani też nie przewiduje ograniczeń w zakresie alternatywnych rozwiązań uprawiania sportu (np. możliwości organizowania zajęć sportowych przy pomocy środków bezpośredniego porozumiewania się na odległość - za pomocą środków masowego przekazu – sieć Internet, social media). Tego typu działalność prowadzona na odległość z zachowaniem ogólnych obostrzeń wyrażonych w przedmiotowym rozporządzeniu była dopuszczalna.

Oznaczało to, że przez wiele miesięcy, aż do końca kwietnia 2021, obywatele, a w szczególności młodzież, nie mieli dostępu do obiektów sportowych, niezwykle potrzebnych nie tylko dla podtrzymania normalnej kondycji fizycznej, ale też do rozwoju fizycznego młodzieży, zapobiegania różnego rodzaju schorzeniom, a także dla psychicznego dobrostanu.

Tymczasem WHO opublikowała dokument, w którym przypomina, że aktywność fizyczna ma kluczowe znaczenie dla zdrowia i dobrego samopoczucia – może przedłużyć życie. „Liczy się



każdy ruch, zwłaszcza teraz, gdy radzimy sobie z ograniczeniami spowodowanymi pandemią COVID-19. Wszyscy musimy się ruszać każdego dnia".

Według przedstawicieli WHO, wykonywanie jakichkolwiek ćwiczeń fizycznych jest lepsze niż ich brak. Można zacząć powoli, z czasem zwiększając intensywność, częstotliwość i czas trwania.

Zgodnie z nowymi zaleceniami, młodzież do 18. roku życia potrzebuje codziennie co najmniej 60 minut umiarkowanych lub intensywnych ćwiczeń. Ćwiczenia powinny być głównie aerobowe, np. bieganie, jazda na rowerze (te sporty można bezpiecznie uprawiać nawet w czasie pandemii). Ważne jest też wzmacnianie mięśni i kości.

Młodszym dzieciom ćwiczenia mogą kojarzyć się z zabawą. Taniec, jazda na rolkach, wrotkach, rowerze, bieganie za piłką – te aktywności mogą przypaść do gustu dzieciom i młodzieży. "Przyjemne, niekonkurencyjne zajęcia fizyczne, mogą pomóc dzieciom rozwinąć pewność siebie, umiejętności i radość z bycia aktywnym przez resztę życia".

W przypadku dorosłych (18-64 lata) WHO zaleca co najmniej 150-300 minut umiarkowanej aktywności fizycznej lub 75 do 100 minut intensywnych ćwiczeń tygodniowo. Ćwiczenia wzmacniające wszystkie mięśnie należy wykonywać co najmniej dwa razy w tygodniu. Te same wskazówki dotyczą też osób starszych, o ile pozwala im na to stan zdrowia. Regularna aktywność fizyczna zmniejsza ryzyko nadciśnienia, chorób serca, nowotworów, cukrzycy typu 2 i przedwczesnej śmierci.

W przypadku osób z niepełnosprawnością fizyczną lub intelektualną obowiązują wytyczne jak dla dzieci pełnosprawnych. Ćwiczenia fizyczne mogą być szczególnie korzystne dla osób z chorobami upośledzającymi funkcje poznawcze.

Właściciele obiektów sportowych i rekreacyjnych ostro protestowali i oceniali, że decyzja rządu o zamknięciu obiektów sportowo-rekreacyjnych była niezrozumiała i nie do końca

przemyślana. Twierdzili, że paradoksalnie, to właśnie obiekty sportowe i fitness są bardziej bezpieczne niż wiele innych publicznych miejsc, w których nie da się dopilnować dezynfekcji czy dystansu społecznego tak skutecznie, jak np. w klubie fitness. Wskazywali, że badania przeprowadzone m.in. w Norwegii, Wielkiej Brytanii i USA, które pokazują, że ryzyko transmisji koronawirusa w miejscach takich jak kluby fitness jest zbliżone do zera, a przede wszystkim, że aktywność fizyczna to jeden z podstawowych sposobów budowania odporności organizmu. Apelowali do rządu o wycofanie się z decyzji i ewentualne zastąpienie jej dalszymi zaostreżeniami limitu osób, mogących jednocześnie korzystać z klubów fitness, basenów i innych obiektów.

Mając na względzie powyższe dane, wskazujące na pojawienie się bardzo dużego, generacyjnego problemu, należy ocenić, że zapisy przedmiotowego rozporządzenia zmniejszające ww. ograniczenia i zakazy – stanowią od dawna oczekiwany krok w dobrym kierunku, chociaż zdecydowanie spóźniony dla pewnej części obywateli, którzy zwiększają populację pacjentów dotkniętych pogłębiającą się niesprawnością fizyczną, ze wszystkimi konsekwencjami dla ich zdrowia oraz dla społeczeństwa jako całości.

Opinię przygotował:

Witold Michałek

Ekspert Projektu