

## Fiche de quarantaine

vous pouvez ainsi contacter au ministère de la santé de Reinickendorf:  
telephone 030902945500

les heures ouvertures: de lundi a jeudi, 9 h:00 a 15h:00

Internet: <https://www.berlin.de/ba-reinickendorf/corona>

Le ministere de la sante vous avez mis en quarantaine parceque vous

- êtes malade de COVID-19 OU
- avez eu contacte avec une personne malade de COVID-19 ou
- Vous êtes suspecté d'une maladie COVID-19

Vous devez suivre cet ordre.

Parce que c'est le seul moyen de ne pas inféctez d'autres personnes.

La quarantaine est prévue par la loi.

Vous aurez l'ordre d'être en quarantaine.

par écrit également de par votre ministère de la Santé.

### **Respectez les règles de quarantaine!**

Vous ne pouvez pas quitter votre appartement.

Si vous vivez dans un appartement avec plusieurs personnes,

Vous devez rester seul dans une chambre.

Vous ne pouvez pas non plus recevoir de visite.

Demandez à vos amis ou voisins de faire des courses pour vous.

Ou commandez de la nourriture à un service de livraison.

Si vous n'avez pas le soutien de d'autres personnes,

Appelez le service de santé.

### **Vous avez des signes de maladie?**

Si vous avez des signes typiques de la maladie de Corona,

Vous pouvez demander un test Corona à la santé publique.

Les signes de la maladie sont, par exemple, la fièvre, la toux ou le rhume.

Appelez l'Office de santé publique de Reinickendorf  
entre 9 h et 15 h au 030 902 94 55 00.

Prenez un rendez-vous d'essai.

Dans des cas particuliers, le test Corona peut être également fait chez vous.

Vous pouvez également contacter votre médecin de famille

Appeler et demander un test Corona.

Dites que vous avez des signes typiques de maladie.

## **Vous pouvez arrêter la quarantaine ?**

Il y a peu d'exceptions, pour interrompre la quarantaine.

Les exceptions sont par exemple: un incendie dans votre appartement; une urgence médicale; comme un accident vasculaire cérébral; choc ou crise cardiaque; des funérailles de parents ou d'amis proches et le chemin pour le test Corona (à pied; en vélo ou en voiture).

Si vous quittez votre appartement dans une situation exceptionnelle, gardez vos distances et portez un masque.

Dites aux personnes que vous êtes malade de COVID-19 ou qu'il y a des soupçons.

Si vous voulez aller à un enterrement ou dire au revoir à un mourant, Le ministère de la Santé doit le permettre avant.

Il peut également y avoir des exceptions pour les personnes, qui travaillent dans un hôpital ou dans un autre centre d'approvisionnement important.

Et quand on a besoin de ces gens là-bas.

Les exceptions doivent être accordées aux personnes ou aux employeurs

Avant de demander à l'Office de santé publique.

## **Qui paiera votre salaire si vous êtes en quarantaine ?**

Votre salaire continue à être payé par votre employeur.

Votre employeur peut introduire une demande d'indemnisation

À l'administration des finances du Sénat.

Si vous exercez une activité indépendante,

Vous devez présenter vous-même la demande d'indemnisation.

De plus amples informations sont disponibles sur Internet:

<https://www.berlin.de/sen/finanzen/service/entschaedigung/>

## **Quelles autres aides pouvez-vous obtenir ?**

Ils sont en quarantaine.

C'est une situation particulière.

que vous devez également garder à l'esprit en cas d'urgence !

Urgence: blessure, empoisonnement, accident

Par exemple, si vous vous êtes gravement blessé,

puis composez le 112.

Dites ce qui s'est passé où et Que vous êtes en quarantaine.

## **Autres maladies et médicaments**

Si vous êtes malade pendant la quarantaine,  
Appelez votre médecin de famille.

Dites ce qu'il vous faut  
et que vous êtes en quarantaine.

Si vous n'atteignez personne,  
Appelez le 116 117.

### Enfants en quarantaine

Si votre enfant doit être en quarantaine,  
C'est une situation difficile pour tout le monde.

Si vous avez besoin d'aide,  
Appelez le service de santé.

Si votre enfant a moins de 12 ans,  
Vous pouvez rester à la maison.  
L'ordre de quarantaine pour votre enfant  
suffit comme preuve pour votre employeur

### Les contraintes mentales

La quarantaine est une situation particulière.  
où l'angoisse, l'inquiétude et la solitude peuvent surgir.  
Ou encore les troubles du sommeil et la dépression.  
Téléphonez régulièrement avec des amis ou de la famille  
ou restez en contact via Internet.

Par exemple, utilisez des appels vidéo.  
Faites du sport dans votre appartement,  
par exemple, la gymnastique ou la musculation.  
Si vous avez besoin de plus d'aide,  
Appelez un service de crise.

## **Autres offres d'aide**

### **Aide psychologique**

- **Service de crise de Berlin**  
Du lundi au dimanche de 16h à 24h  
Téléphone 030 390 63 - 0
- **Hotline Corona de l'association professionnelle des psychologues allemands**  
du lundi au vendredi de 8h à 20h  
Téléphone 0800 777 22 44
- **Assistance téléphonique pour adultes**  
24 heures d'accès  
Téléphone 0800 111 01 11
- **Réseau d'argent, assistance téléphonique pour personnes âgées ou seul**  
Du lundi au dimanche de 8h à 22h  
Téléphone 0800 470 80 90

### **Protection contre la violence pour les adultes**

- **BIG Hotline en cas de violence conjugale**  
Du lundi au dimanche de 8h à 23h  
Téléphone 030 611 03 00
- **LARA - Service spécialisé dans la violence sexuelle**  
Du lundi au dimanche de 9h à 18h  
Téléphone 030 216 88 88
- **Ambulance de protection contre la violence**  
Du lundi au vendredi de 8h30 à 15h  
Téléphone 030 450 570 270

### **Pour les enfants et les familles**

- **Numéro d'appel d'urgence pour la protection des enfants en cas de suspicion de maltraitance d'enfants, de négligence et d'abus sexuels sur des enfants**  
24 heures d'accès  
Téléphone 030 61 00 66
- **Téléphone de garde pour enfants et jeunes, numéro contre le chagrin**  
Du lundi au samedi de 14h à 20h  
Téléphone 116 111
- **Kindernotdienst Berlin für Kinder und Eltern**  
24 heures d'accès  
Téléphone 030 61 00 61

- **Jugendnotdienst Berlin für Jugendliche und Eltern**  
24 heures d'accès  
Téléphone 030 61 00 62