

Zasady dla osób w przypadku zachorowania na COVID-19 i dla osób bliskiego kontaktu

Pozostań w kwarantannie!

Jeśli jesteś chory na COVID-19 lub miałeś kontakt do bliskiej osoby chorującej na tę chorobę, musisz pozostać w kwarantannie.

Kwarantanna jest prawnie określona. Kwarantanna oznacza, że nie możesz mieć kontaktu z żadnymi innymi osobami.

Tylko w ten sposób można uniknąć rozszerzenia się infekcji.

Na co należy zwrócić uwagę podczas kwarantanny?

Nie można opuszczać mieszkania.

Jeśli mieszkanie zamieszkuje większa ilość osób, musisz przebywać w wyizolowanym pomieszczeniu.

Nie możesz przyjmować gości.

Poproś przyjaciół, lub znajomych o zrobienie zakupów, lub skorzystaj z usług dostawczych.

Zywność musi być odstawiona przed drzwiami wejściowymi.

Opróżnianie skrzynki pocztowej lub wyrzucenie śmieci jest również nie dozwolone. Poproście o to przyjaciół lub znajomych.

W przypadku, gdybyście nie mogli uzyskać wsparcia od innych osób, zgłóście się do departamentu zdrowia.

Poinformuj pracodawcę!

Prześlęż pracodawcy kopię tego listu.

Jeśli jesteś osobą kontaktową, to test na koronę nie jest konieczny.

Jeśli pracodawca wymaga testu, to musi pokryć koszt wykonania testu.

Ty musisz pozostać w kwarantannie.

Kto zalicza się do osób bliskiego kontaktu?

Osoba, która została pozytywnie przetestowana jest już na 2 dni przed ukazaniem się objawów infekcyjna.

Kto miał w tym czasie bliski kontakt z osobą pozytywnie przetestowaną zalicza się do osób bliskiego kontaktu.

Bliski kontakt istnieje, jeśli przebywasz z chorą osobą

- i kontakt trwał dłużej niż 15 minut
- odstęp** wynosił mniej, niż 1,5 metra

jesli pozytywnie przetestowana osoba nie miała żadnych objawów, trzeba liczyć ostatnie 7 dni przed testem na koronę.

Osoby kontaktowe, to osoby, z którymi chora osoba 7 dni przed testem na koronę miała bliski kontakt.

Osoby bliskiego kontaktu muszą pozostać w kwarantannie.

Chorujesz na COVID-19?

To musisz pozostać 10 dni w kwarantannie.

Początek kwarantanny zaczyna się z dniem, w którym wystąpiły pierwsze objawy choroby.

W przypadkach bezobjawowych, początek kwarantanny następuje od dnia wykonania testu na koronę.

Proszę sporządzić listę osób kontaktowych!

sporządź listę osób, z którymi miałeś bliski kontakt na 2 dni przed wystąpieniem objawów choroby aż do początku kwarantanny.

Lista kontaktów zawiera następujące informacje:

- Imię
- Nazwisko
- data urodzenia
- płeć
- zawód
- ulica
- kod pocztowy, Miejscowość
- Numer telefonu
- E-Mail

Wzór listy kontaktowej znajdziecie w internecie pod niżej zamieszczonym adresem:

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

Poinformuj bliskie kontakty!

Skontaktuj się telefonicznie z osobami z listy kontaktowej. Jeśli byłeś w okresie podejrzanym w szkole lub w przedsiębiorstwie, zadzwoń do nauczyciela lub do kierownictwa danego przedsiębiorstwa. Kierownictwo powinno poinformować pozostałe osoby bliskiego kontaktu.

Przełącz swoim bliskim kontaktom, że udajesz się na 14-dniową kwarantannę. Kwarantanna dla twoich bliskich kontaktów, zaczyna się z dniem w którym spostrzeżono pierwsze objawy choroby. W przypadku zachorowań bezobjawowych kwarantanna zaczyna się z dniem w którym ostatni raz miałeś kontakt z daną osobą.

Jesteś osobą bliskiego Kontaktu?

Musisz pozostać **14 dni** w kwarantannie.

Jeśli nie masz objawów choroby, możesz po 10 dniach kwarantanny zrobić test na koronę. Jeśli test jest negatywny, kwarantanna jest zakończona.

Osoby kontaktowe bez objawów nie muszą być testowane. Jesteś osobą kontaktową a nie masz symptomów choroby, - te osoby nie są aktualnie przez departament zdrowia testowane.

Jeśli jesteś osobą kontaktową z objawami choroby, możesz zgłosić się do departamentu zdrowia z zapytaniem o wykonanie testu.

Symptomami choroby mogą być, np.: temperatura, kaszel lub katar.

Zadzwoń do departamentu Zdrowia Reinickendorf pod numer telefonu: 030 902 94 55 00. Zorganizuj termin na korone-test. Bez uprzedniego ustalenia terminu, nie ma możliwości wykonania testu.

Masz objawy choroby, ale nie zaliczasz się do osób kontaktowych, - te osoby, nie podlegają testom wykonywanym przez departament zdrowia.

Chcesz zrobić test na koronę, skontaktuj się z twoim lekarzem rodzinnym.

Jak można się z nami skontaktować:

Gesundheitsamt Reinickendorf

Telefon: 030 902 94 55 00
godziny otwarcia: poniedziałek - niedziela
9:00 bis 15:00 Uhr

Internet: <https://www.berlin.de/reinickendorf/gesundheitsamt>