

Regeln für COVID-19-erkrankte Personen und für enge Kontakt-Personen

Bleiben Sie in Quarantäne!

Sie sind an COVID-19 erkrankt oder
Sie hatten engen Kontakt zu einer erkrankten Person.
Sie müssen in Quarantäne bleiben.
Die Quarantäne ist gesetzlich festgelegt.

Quarantäne bedeutet, dass Sie keinen direkten Kontakt
mit anderen Personen haben dürfen.
Denn nur so stecken Sie keine anderen Personen an.

Was müssen Sie während der Quarantäne beachten?

Sie dürfen Ihre Wohnung nicht verlassen.
Wenn Sie mit mehreren Personen in einer Wohnung leben,
müssen Sie sich allein in einem Zimmer aufhalten.
Sie dürfen auch keinen Besuch empfangen.

Bitten Sie Freunde oder Bekannte, Lebensmittel für Sie einzukaufen.
Oder bestellen Sie Lebensmittel bei einem Lieferdienst.
Die Lebensmittel müssen vor Ihrer Haustür abgestellt werden.
Gehen Sie auch nicht zum Briefkasten oder zur Mülltonne.
Bitten Sie Freunde oder Bekannte darum.

Falls Sie keine Unterstützung durch andere Personen haben,
rufen Sie uns, das Gesundheitsamt, an.

Informieren Sie Ihren Arbeitgeber!

Geben Sie Ihrem Arbeitgeber eine Kopie von diesem Schreiben.
Wenn Sie Kontaktperson sind,
ist ein Corona-Test nicht notwendig.
Wenn Ihr Arbeitgeber einen Corona-Test von Ihnen verlangt,
muss er die Kosten dafür übernehmen.
Sie müssen aber trotzdem in Quarantäne bleiben.

Wer zählt als enge Kontakt-Person?

Eine positiv getestete Person ist bereits 2 Tage bevor sie Krankheits-Anzeichen hat, ansteckend.

Wer seit dieser Zeit engen Kontakt mit einer positiv getesteten Person hatte, gilt als enge Kontakt-Person.

Ein **enger Kontakt** liegt vor,

wenn eine Person mit der erkrankten Person zusammen war

- **und** dieser Kontakt länger als 15 Minuten gedauert hat
- **und** der Abstand weniger als 1,5 Metern betragen hat

Wenn die positiv getestete Person keine Krankheits-Anzeichen hatte, zählen die letzten 2 Tage vor dem Corona-Test.

Enge Kontakt-Personen sind dann also die Personen, mit denen die erkrankte Person 2 Tage vor ihrem Corona-Test engen Kontakt hatte.

Die engen Kontakt-Personen müssen in Quarantäne bleiben.

Sie sind an COVID-19 erkrankt?

Dann müssen Sie **10 Tage** in Quarantäne bleiben.

Die Quarantäne beginnt an dem Tag,
an dem Sie erste Krankheits-Anzeichen hatten.
Wenn Sie keine Krankheits-Anzeichen hatten,
beginnt die Quarantäne an dem Tag Ihres Corona-Tests.

Machen Sie eine Kontakt-Liste!

Schreiben Sie die Personen auf, mit denen Sie 2 Tage
vor Ihren Krankheits-Anzeichen bis zum Anfang Ihrer Quarantäne engen
Kontakt hatten.

Wenn Sie keine Krankheits-Anzeichen hatten,
schreiben Sie die Personen auf,
mit denen Sie 7 Tage vor Ihrem Corona-Test engen Kontakt hatten.

In der Kontakt-Liste machen Sie diese Angaben:

- Vorname
- Nachname oder Geburtsname, wenn das zutrifft
- Geburtsdatum
- Geschlecht
- Beruf
- Straße
- PLZ, Ort
- Telefon/Handynummer
- E-Mail

Eine Vorlage für eine Kontakt-Liste finden Sie im Internet:

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

Informieren Sie Ihre engen Kontakte!

Rufen Sie die Personen auf Ihrer Kontakt-Liste an.
Wenn Sie zum Verdachts-Zeitpunkt in der Schule
oder in einem Unternehmen waren,
rufen Sie die Lehrer*in oder die Leitung an. Die Leitung soll dann die
engen Kontaktpersonen informieren.

Sagen Sie Ihren engen Kontakten,
dass sie 14 Tage in Quarantäne gehen müssen.
Die Quarantäne für Ihre engen Kontakt-Personen beginnt mit dem Tag,
an dem Sie Ihre ersten Krankheits-Anzeichen hatten.
Wenn Sie keine Krankheits-Anzeichen hatten,
beginnt die Quarantäne mit dem letzten Treffen Ihrer Kontakt-Person.

Sie sind enge Kontakt-Person?

Dann müssen Sie **14 Tage** in Quarantäne bleiben.

Wenn Sie eine enge Kontaktperson sind,
können im Gesundheitsamt nach einem Corona-Test fragen.

Melden Sie sich unbedingt,
wenn Sie Krankheits-Anzeichen haben.

Krankheits-Anzeichen sind zum Beispiel Fieber, Husten oder Schnupfen.

Rufen Sie das Gesundheitsamt Reinickendorf an unter 030 902 94 55 00.
Vereinbaren Sie einen Termin für den Corona-Test,
denn ohne Termin werden Sie nicht getestet.

Wenn Sie vom Gesundheitsamt nicht getestet werden können,
fragen Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt.

So erreichen Sie uns:

Gesundheitsamt Reinickendorf

Telefon: 030 902 94 55 00

Öffnungszeiten: Montag bis Sonntag
9:00 bis 15:00 Uhr

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

Stand der Information: Februar 2021