

Informationen vom Kreis Herford für Personen, die das Corona-Virus haben



Diese Informationen sind in Leichter Sprache.

Leichte Sprache kann jeder besser verstehen.

Leichte Sprache hat viele Regeln.

Zum Beispiel: Viele zusammen-gesetzte Wörter sind durch Binde-Strich getrennt.

Viele Sonder-Zeichen fehlen.

Was bedeutet Quarantäne?

Quarantäne bedeutet: Sie müssen zu Hause bleiben.

Sie dürfen **keinen** Besuch bekommen.

Einkaufen oder Spazieren gehen mit dem Hund ist verboten.

Sie dürfen nur in den eigenen Garten oder auf den eigenen Balkon.

Sie nutzen den Garten oder Balkon mit Anderen?

Sie dürfen den Garten oder Balkon dann **nicht** nutzen.

Sie dürfen die Wohnung nur für einen Corona-Test verlassen.

Was ist wichtig für die Quarantäne?

Sie sind Kontakt-Person:

- wenn Sie engen Kontakt zu einer Person hatten die das Corona-Virus hat mit weniger Abstand als 1 Meter 50 **ohne** medizinische Maske und länger als 10 Minuten.
- wenn Sie sich mit einer Person unterhalten haben die das Corona-Virus hat mit weniger als 1 Meter 50 Abstand.
- wenn Sie mit einer Person die das Corona-Virus hat länger als 10 Minuten in einem Raum waren.

Sie hatten Kontakt zu einer Person mit dem Corona-Virus?

Ihre Kontaktperson hat sich mit der Omikron-Variante infiziert?:

Sie müssen in jedem Fall zwei Wochen in Quarantäne. Hierbei ist es egal ob Sie geimpft oder genesen sind, die zwei Wochen Quarantäne sind Pflicht. Die Quarantäne lässt sich auch nicht mit einem negativen Test verkürzen.

Ihre Kontaktperson hat sich mit der einer anderen Variante infiziert?:

Sie müssen mindestens 10 Tage in Quarantäne.

Die 10 Tage zählen vom letzten Kontakt mit der Person, die das Corona-Virus hat.

Nach 10 Tagen ist die Quarantäne zu Ende,

wenn Sie **keine Symptome** haben.

Oder Sie machen nach 5 Tagen einen Corona-Test.

Sie können den Corona-Test

- in einem Test-Zentrum
- oder beim Haus-Arzt machen.

Es muss ein PCR-Test sein. Sie müssen das Test-Ergebnis an das Gesundheits-Amt schicken.

Mit einer E-Mail an infektionslage-corona@kreis-herford.de oder mit einem Fax an die Nummer

05221- 13 17 12 71. Sie bleiben in Quarantäne, bis das Gesundheits-Amt Sie aus der Quarantäne entlässt.

Wichtig für alle Kontakt-Personen

Sie bleiben in Quarantäne, wenn Sie Symptome haben. Symptome sind zum Beispiel:

- Husten
- Schnupfen
- Fieber
- Kopfschmerzen
- Gliederschmerzen
- Sie können nichts mehr riechen
- Sie können nichts mehr schmecken

Rufen Sie sofort Ihren Haus-Arzt an und

informieren das Gesundheits-Amt.

Sie müssen dann einen Corona-Test machen.

Sie können den Corona-Test

- in einem Test-Zentrum oder
- beim Haus-Arzt machen

Redaktion Kreis Herford, Stand 12/2021

Übersetzung und Prüfung Leichte Sprache: Büro für Leichte Sprache – Diakonische Stiftung Wittekindshof

Europäisches Logo für einfaches Lesen © Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe.

Weitere Informationen unter www.leicht-lesbar.eu