

Fakten und Informationen Covid19

Stand: 16. November 2020 – 11:00 Uhr




Was ist zu tun?

Bleiben Sie zuhause!

Außer, wenn

- ✓ Sie zur Arbeit oder zu einer Ausbildung müssen.
- ✓ Sie einkaufen, zur Apotheke, zum Geldautomaten, usw. müssen.
- ✓ Sie einer Person helfen, die Hilfe braucht.
- ✓ Sie alleine wichtige einzelne Personen treffen, die sie öfter in der Woche sehen (z.B.: einen guten Freund oder ein Familienmitglied).
- ✓ Sie einen kurzen Spaziergang oder Sport machen wollen.
- ✓ Sie in Ihrem Haus bedroht sind (Feuer, Bedrohung, ...).
- ✓ Sie zum Arzt, zur Physiotherapie, zur Psychotherapie müssen.
- ✓ Sie zu einer Behörde gehen müssen oder einen Gerichtstermin haben.


Was ist sonst noch zu beachten?

- ✓ Für Kinder in Volksschule, Mittelschule, Polytechnikum und auch für Jugendliche über 15 Jahren gibt es Homeschooling-Unterricht.
- ✓ Kindergärten und Schulen bleiben geöffnet: Kinder dürfen in die Schulbetreuung, wenn die Eltern in die Arbeit gehen müssen. Kinder dürfen in die Schulbetreuung, wenn sie zuhause keinen ruhigen Platz zum Lernen oder keinen Computer haben.
- ✓ Im Freien Abstand von einem Meter zu fremden Personen halten. 
- ✓ In öffentlichen, geschlossenen Räumen (Behörden, Banken, Supermärkte usw.) muss eine Maske getragen werden. 
- ✓ In Bus, Straßenbahn, Zug und im Bahnhof, bei Haltestellen muss eine Maske getragen werden. 
- ✓ Parks und Spielplätze sind geöffnet.
- ✗ Schwimmbäder, Fitnessstudios, Sportplätze sind geschlossen.
- ✗ Theater, Museen, Kinos, Geschäfte, Frisöre u.a. sind geschlossen.
- ✗ Cafés und Gasthäuser sind geschlossen.



Die Polizei kann hohe Geldstrafen ausstellen, wenn Sie die Verbote nicht einhalten.

!! Wenn sie Fragen zur den Lockdown-Regeln haben, dann rufen Sie die ZEBRA-Rechtsberatung an.

 0316/835630

Wie schützen Sie sich und andere vor dem Coronavirus?

- ✗ Kein Händeschütteln, keine Umarmungen oder Küsschen
- ✗ Kein Treffen mit Menschen, die husten und/ oder niesen
- ✓ Oft Händewaschen mit Seife
- ✓ Beim Niesen oder Husten die Armbeuge vor den Mund halten

- ✓ Tragen Sie Mund-Nasen-Schutz und halten Sie mindestens 1 Meter Abstand zu anderen Menschen

Wer hilft, wenn Sie krank sind?

- ✓ Bei Fieber und Husten: Rufen Sie Ihren Hausarzt an! 📞
- ✓ Bei Anzeichen des Coronavirus (Fieber, Husten, Kurzatmigkeit, Atembeschwerden) 📞: 1450/Gesundheitsnummer
- ✓ Allgemeine Informationen zum Coronavirus 📞 : 0800 555 621 /AGES

Kostenfreie ZEBRA-Sorgenhotline mit Dolmetsch 📞 0800 799 702

Sie machen sich Sorgen? Sie schlafen schlecht? Sie haben Ängste? Sie fühlen sich allein?

Wir sind für Sie da und hören zu. Rufen sie uns an.

- Montag bis Mittwoch: 9:00 bis 12:00
- Donnerstag: 14:00 bis 17:00
- Freitag: 9:00 bis 12:00