

**Informations-Blatt für Menschen, die ambulant-betreut wohnen.**

## **Was ist Quarantäne?**

Das Wort wird Karantene ausgesprochen.

Quarantäne bedeutet: Sie dürfen nicht mit anderen Personen zusammen kommen.

**Wenn Sie in Quarantäne sind, müssen Sie unbedingt zuhause bleiben.**

**Sie dürfen Ihre Wohnung nicht verlassen.**



## **Warum darf ich meine Wohnung nicht verlassen?**

- Wenn Sie sich mit dem Corona-Virus angesteckt haben, können Sie andere Menschen anstecken. Zum Beispiel Ihre Familie oder Freunde.
- Die Quarantäne soll das verhindern.
- Halten Sie sich an die Regel, damit alle anderen Menschen gesund bleiben.

## **Wann müssen Sie in Quarantäne?**

**In Quarantäne müssen Sie:**

- Wenn der Arzt durch einen Test feststellt, dass Sie am Corona-Virus erkrankt sind.
- Wenn Sie Kontakt mit jemandem hatten, der sich mit dem Corona-Virus angesteckt hat.
- Wenn das der Fall ist, sagen Sie das Ihren Betreuer\*innen.
- Das Gesundheits-Amt meldet sich dann bei Ihnen.

## **Wie lange dauert eine Quarantäne?**

Eine Quarantäne dauert 2 Wochen.

Nach 2 Wochen prüft der Arzt, ob Sie wieder gesund sind.

Haben Sie immer noch das Corona-Virus, müssen Sie nochmal für 2 Wochen in Quarantäne.

**Die Quarantäne ist zu Ende:**

- Wenn Sie wieder gesund sind.
- Oder Sie als Kontaktperson nicht krank geworden sind.

## Was ist wichtig bei einer Quarantäne?

- Sie müssen 2 Wochen in Ihrer Wohnung bleiben.
- Sie dürfen keinen Besuch von anderen Menschen bekommen.
- Halten Sie auch Abstand zu Ihrer/Ihrem Partner\*in und zu Ihren Kindern.
- Sie dürfen nichts mit anderen Menschen teilen, zum Beispiel das Geschirr.



## Was kann ich noch tun?

- Gehen Sie nicht aus dem Haus, bringen Sie auch nicht Ihren Müll raus.
- Wenn Sie die Toilette mit anderen Personen teilen müssen, desinfizieren Sie hinterher die Toilette und waschen Sie Ihre Hände gründlich.
- Lüften Sie Ihre Wohnung mehrmals am Tag.



## Sie brauchen keine Angst zu haben:

- Sie werden mit allem versorgt, was Sie brauchen.
- Sie bekommen Essen, Getränke, Medikamente und was noch nötig ist.
- Die Betreuer\*innen gehen für Sie einkaufen und bringen Ihren Müll weg.
- Sie kümmern sich um Sie und halten Kontakt.
- Sie tragen Schutz-Kleidung, wenn sie Ihre Wohnung betreten. Zum Beispiel eine Maske vor Nase und Mund.
- Dann können die Betreuer\*innen sich nicht anstecken.



## Wie kann ich trotzdem andere Menschen erreichen?

### Sie können Ihre Freunde oder Familie auch anders erreichen:

- Telefonieren Sie miteinander.
- Schreiben Sie sich über WhatsApp oder SMS.
- Sprechen Sie über ein Video miteinander.
- Wenn Sie nicht wissen wie das geht, helfen Ihnen die Betreuer\*innen.



### Sie können telefonieren, Musik hören, fernsehen, malen, basteln ...

Auch diese 2 Wochen gehen vorbei.