



Covid-19: Wichtige Informationen über das neue Coronavirus und über die Hygiene- und Verhaltensregeln

Neues Coronavirus

Aktualisiert am 29.10.2020

SO SCHÜTZEN WIR UNS.



STOP CORONA



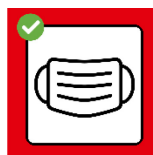
Weniger Menschen treffen.



Abstand halten.



Maskenpflicht, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.



Maskenpflicht in öffentlich zugänglichen Innen- und Aussenbereichen und im öffentlichen Verkehr.



Wenn möglich im Homeoffice arbeiten.



Gründlich Hände waschen.



In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.



Hände schütteln vermeiden.



Mehrmals täglich lüften.



Veranstaltungen: Öffentlich max. 50 Pers. Privat max. 10 Pers. Ansammlungen im öff. Raum max. 15 Pers.



Bei Symptomen sofort testen lassen und zu Hause bleiben.



Zur Rückverfolgung immer vollständige Kontaktdaten angeben.



Um Infektionsketten zu stoppen: SwissCovid App downloaden und aktivieren.



Bei positivem Test: Isolation. Bei Kontakt mit positiv getesteter Person: Quarantäne.



Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.

www.foph-coronavirus.ch

Die häufigsten Fragen und Antworten zum neuen Coronavirus

Ende 2019 ist eine neue und sehr ansteckende Krankheit aufgetreten. Sie wird «Covid-19» genannt. Verursacht wird die Krankheit durch das neue Coronavirus, das sich in kurzer Zeit weltweit verbreitet hat. In diesem Faktenblatt des Bundesamts für Gesundheit BAG erhalten Sie Antworten auf die häufigsten Fragen zum neuen Coronavirus.

Eine Ansteckung mit dem neuen Coronavirus kann schwerwiegende Folgen haben. Manche Menschen sterben an der Krankheit. Darum ist es wichtig, dass sich alle vor dem neuen Coronavirus schützen.

Eigenverantwortung bleibt wichtig: Vor einer Ansteckung schützen Sie sich am besten, indem Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln einhalten, die auf der Titelseite dieses Dokuments und auf den Plakaten des Bundesamts für Gesundheit abgebildet sind. Dazu gehören: Hände regelmässig mit Seife waschen und Abstand halten.

Wichtige Pflichten und Verbote seit dem 29. Oktober 2020:

- Maskenpflicht in belebten Innenstädten und Dorfkernen, öffentlich zugänglichen Innen- und Aussenbereichen von Einrichtungen und Betrieben
- Schweizweite Maskenpflicht in Bereichen des öffentlichen Verkehrs: in öffentlichen Verkehrsmitteln, Flugzeugen, an Bahnhöfen, Haltestellen und Flughäfen
- Maskenpflicht für alle in Mittel- und Berufsschulen
- Es gilt eine Maskenpflicht bei der Arbeit drinnen, mit Ausnahme am eigenen Arbeitsplatz soweit der empfohlene Abstand eingehalten werden kann
- Einführung Fernunterricht an Universitäten und Hochschulen
- Verbot von öffentlichen Veranstaltungen über 50 Personen und privaten Veranstaltungen über 10 Personen
- Verbot für spontane Versammlungen von mehr als 15 Personen
- In Restaurants max. vier Personen an einem Tisch (Ausnahme Eltern mit Kindern)
- Es gilt eine Sperrstunde von 23.00- 06.00 Uhr in Restaurants und Bars
- Sitzpflicht in Restaurants und Bars: Getränke und Essen darf nur sitzend konsumiert werden
- Betrieb von Clubs, Diskotheken und Tanzlokalen ist verboten
- Freizeitsport: Verbot von Aktivitäten mit mehr als 15 Personen, Verbot von Kontaktsport, in Innenräumen gilt Maske tragen und Abstand, draussen Maske tragen oder Abstand; Kinder in der obligatorischen Schule dürfen weiterhin uneingeschränkt Sport treiben.
- Kultur (Musik, Theater, Tanz u.ä.) Laienbereich: Aktivitäten bis zu 15 Personen unter Einhaltung Maskentragpflicht und Abstandsregeln erlaubt. Professioneller Bereich: Proben und Auftritte erlaubt.
- Auftritte von Chören sind verboten, Proben nur bei Berufschören erlaubt
- Wenn möglich Homeoffice machen
- Quarantänepflicht für Einreisende

Hinweis: In bestimmten Kantonen gelten strengere Regeln.

Ansteckung und Risiken

Warum sind die Hygiene- und Verhaltensregeln so wichtig?

Beim neuen Coronavirus handelt es sich um ein neues Virus, gegen das die Menschen noch **keine Immunabwehr (Abwehrkräfte)** haben. **Es kann zu vielen Ansteckungen und Erkrankungen** kommen. Deshalb müssen wir die Ausbreitung des neuen Coronavirus möglichst verlangsamen.

Besonders Personen mit einem höheren Risiko, schwer zu erkranken, müssen wir schützen.

Das sind:

- Ältere Menschen (Das Risiko für einen schweren Verlauf bei einer Ansteckung mit dem neuen Coronavirus steigt mit zunehmendem Alter. Vorerkrankungen erhöhen das Risiko zusätzlich.) Schwangere Frauen
- Erwachsene mit folgenden Vorerkrankungen:
 - **Bluthochdruck**
 - **Herz-Kreislauf-Erkrankungen**
 - **Diabetes**
 - **Chronische Atemwegserkrankungen**
 - **Krebs**

- **Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen**
- **starkes Übergewicht (Fettleibigkeit, BMI von 40 oder mehr)**

Falls Sie unsicher sind, ob Sie zu den besonders gefährdeten Personen gehören, wenden Sie sich bitte an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Wenn wir uns alle an die Hygiene- und Verhaltensregeln halten, können wir auch diese Personen besser schützen. Damit tragen wir dazu bei, dass Menschen mit schweren Erkrankungen in den Gesundheitseinrichtungen weiterhin gut behandelt werden. Denn auf den Intensivstationen sind die Behandlungsräume und Beatmungsgeräte begrenzt verfügbar.

Sie sind über 65, schwanger oder haben eine der oben aufgeführten Vorerkrankungen? So können Sie sich schützen:

Am besten schützen Sie sich vor einer Ansteckung indem Sie sich weiterhin an die Hygiene- und Verhaltensregeln halten. Es gelten folgende Empfehlungen:

- Waschen Sie sich gründlich und regelmässig die Hände mit Seife.
- Halten Sie Abstand zu anderen Personen (mindestens 1,5 Meter).
- Folgen Sie der Maskenpflicht im öffentlichen Verkehr.
- Befolgen Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln auch, wenn Sie Freunde oder Familie treffen. Beispielsweise indem Sie beim Rausschöpfen des Essens nicht dasselbe Besteck anfassen und nicht aus demselben Glas trinken etc.
- Vermeiden Sie Stosszeiten an Orten mit hohem Personenaufkommen (beispielsweise Pendlerzeiten im ÖV oder am Bahnhof, Einkaufen am Samstag). Wenn Sie sich trotzdem an Orten mit hohem Personenaufkommen aufhalten und den nötigen Abstand nicht einhalten können, empfehlen wir das Tragen einer Hygienemaske.

Haben Sie ein oder mehrere Krankheitssymptome wie Husten (meist trocken), Halsschmerzen, Kurzatmigkeit, Brustschmerzen, Fieber oder plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns? **Dann rufen Sie sofort Ihre Ärztin/Ihren Arzt oder ein Spital an. Auch am Wochenende.** Beschreiben Sie Ihre Symptome und sagen Sie, dass Sie zu den besonders gefährdeten Personen gehören.

Sie sind schwanger und dadurch möglicherweise besonders gefährdet, schwer an Covid-19 zu erkranken. Auf was müssen Sie achten?

Wenn Sie schwanger sind, sollten Sie sich möglichst vor einer Infektion mit dem neuen Coronavirus schützen. Daher raten wir Ihnen, dass Sie sich an unsere Empfehlungen für besonders gefährdete Personen halten (siehe vorherige Antwort).

Am Arbeitsplatz ist Ihr Arbeitgeber basierend auf der Mutterschutzverordnung verpflichtet, dass Sie als schwangere Frau vor einer Ansteckung mit dem neuen Coronavirus bestmöglich geschützt sind. Ist dies nicht möglich, muss Ihr Arbeitgeber Ihnen Alternativen anbieten. Falls eine Weiterführung der Arbeit nicht möglich ist, kann Ihnen Ihre Frauenärztin oder Ihr Frauenarzt ein Beschäftigungsverbot ausstellen.

Wenn Sie schwanger sind, könnte gemäss neuen Erkenntnissen eine Erkrankung am neuen Coronavirus zu einem schweren Krankheitsverlauf führen, insbesondere auch wenn Sie beispielsweise Übergewicht, ein erhöhtes Alter oder bestimmte Krankheiten haben. Aktuell sind noch viele Fragen im Zusammenhang mit Schwangerschaft und Covid-19 offen. Mutter und Kind sollen jedoch aus Vorsicht besonders geschützt werden.

Falls bei Ihnen Krankheitssymptome auftreten, rufen Sie sofort Ihre Frauenärztin oder Ihren Frauenarzt an, um die nötigen Schritte zu besprechen.

Wie wird das neue Coronavirus übertragen?

Das Virus überträgt sich am häufigsten bei engem und längerem Kontakt: Wenn man zu einer infizierten Person weniger als 1,5 Meter Abstand ohne Schutz hält (Schutz: z. B. beide Personen tragen eine Maske). Je länger und enger dieser Kontakt ist, desto wahrscheinlicher ist eine Ansteckung.

Das neue Coronavirus kann sich wie folgt übertragen:

- Durch **Tröpfchen und Aerosole:** Atmet, spricht, niest oder hustet die infizierte Person, können die virenhaltige Tröpfchen direkt auf die Schleimhäute von Nase, Mund oder Augen

von anderen Menschen in unmittelbarer Nähe (<1,5 m) gelangen.

Eine Übertragung durch feinste Tröpfchen (Aerosole) über weitere Distanzen möglich, kommt nicht häufig vor. Diese Art der Übertragung könnte vor allem bei Aktivitäten eine Rolle spielen, die eine verstärkte Atmung erfordern. Dies kommt zum Beispiel bei körperlicher Arbeit, Sport, lautem Sprechen und Singen vor. Dasselbe gilt bei längerem Aufenthalt in schlecht oder nicht belüfteten Räumen, vor allem wenn die Räume klein sind.

Über **Oberflächen und die Hände**: Wenn infizierte Personen husten und niesen, gelangen ansteckende Tröpfchen auf ihre Hände oder auf benachbarte Oberflächen. Eine andere Person könnte sich anstecken, wenn sie diese Tröpfchen mit den Händen aufnimmt und anschliessend Mund, Nase oder Augen berührt.

Wann ist man ansteckend?

Beachten Sie: Wer am neuen Coronavirus erkrankt, ist während langer Zeit ansteckend. Nämlich:

- Schon **zwei Tage vor Beginn** der Symptome – also bevor man merkt, dass man sich angesteckt hat.
- **Während man Symptome hat, ist man besonders ansteckend.**
- **Bis mindestens 48 Stunden, nachdem** man sich wieder ganz gesund fühlt. Schauen Sie deshalb weiterhin, dass Sie Abstand halten und sich regelmässig mit Seife die Hände waschen.

Symptome, Diagnose und Behandlung

Welche Symptome treten bei einer Erkrankung mit dem neuen Coronavirus auf?

Folgende Symptome treten häufig auf: • Husten (meist trocken) • Halsschmerzen • Kurzatmigkeit • Brustschmerzen • Fieber • Plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns	Zudem sind folgende Symptome möglich: • Kopfschmerzen • Allgemeine Schwäche, Unwohlsein • Magen-Darm-Symptome (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Bauchschmerzen) • Schnupfen • Muskelschmerzen • Hautausschläge
---	---

Die Symptome sind unterschiedlich stark, und können auch leicht sein. Ebenfalls möglich sind Komplikationen wie eine Lungenentzündung.

Wenn Sie eines oder mehrere der häufig vorkommenden Symptome haben, sind Sie eventuell am neuen Coronavirus erkrankt.

In diesem Fall:

- **Bleiben Sie zu Hause und vermeiden Sie alle Kontakte zu anderen Personen.**
- **Machen Sie den Coronavirus-Check ([check.bag-coronavirus.ch](https://www.check.bag-coronavirus.ch)) oder rufen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt an. Beantworten Sie alle Fragen im Online-Check oder am Telefon bestmöglich. Am Ende erhalten Sie eine Handlungsempfehlung und gegebenenfalls die Anweisung, sich testen zu lassen.**
- **Lesen Sie die Anweisungen zur «Isolation» (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) und halten Sie sich konsequent daran.**

Falls Sie älter als 65 Jahre sind, schwanger sind oder eine Vorerkrankung haben, gilt: Bei einem oder mehreren der häufigen Symptome rufen Sie sofort eine Ärztin oder einen Arzt an. Auch am Wochenende.

Sind Sie unsicher, wie Sie sich verhalten sollen?

Mit dem **Coronavirus-Check** unter [check.bag-coronavirus.ch](https://www.check.bag-coronavirus.ch) erhalten Sie nach dem Beantworten weniger Fragen eine Handlungsempfehlung des Bundesamts für Gesundheit (in Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch).

Auf der Website des Kantons Waadt unter coronavirus.unisante.ch/evaluation finden Sie **einen Corona-Check in 8 weiteren Sprachen.**

Der Coronavirus-Check ist kein Ersatz für eine professionelle medizinische Beratung, Diagnose oder Behandlung. Die im Check beschriebenen Symptome können auch in Zusammenhang mit anderen

Krankheiten auftreten, die ein anderes Vorgehen erfordern.

Wenden Sie sich bei starken Symptomen, die sich verschlimmern oder Sie beunruhigen, immer an eine Ärztin bzw. einen Arzt.

Mein Kind unter 12 Jahren hat Symptome. Wie müssen wir uns verhalten? Kann es in die Schule oder in die Betreuungsgruppe gehen?

Gemäss aktuellen Erkenntnissen können sich Kinder ebenfalls mit dem neuen Coronavirus anstecken. Kinder unter 12 Jahren haben im Vergleich zu Jugendlichen und Erwachsenen jedoch weniger häufig Symptome und übertragen das Virus seltener auf andere Personen.

Situation 1: Kind und enge Kontaktperson haben Symptome

Ihr Kind hat Symptome einer möglichen Ansteckung mit dem neuen Coronavirus und es hatte engen Kontakt mit einer Person, die Symptome einer Ansteckung aufweist (Person über 12 Jahre). In diesem Fall ist das weitere Vorgehen vom Testresultat der engen Kontaktperson abhängig:

- **Bei einem positiven Testresultat der engen Kontaktperson:** Ihr Kind muss zu Hause bleiben und wird in Absprache mit der Kinderärztin/dem Kinderarzt getestet. Sie erhalten von der Kinderärztin/dem Kinderarzt Informationen zum weiteren Vorgehen.
- **Bei einem negativen Testresultat der engen Kontaktperson:** Ihr Kind darf die Schule oder Betreuungseinrichtung erst wieder besuchen, nachdem es 24 Stunden kein Fieber mehr hatte oder der Husten sich deutlich gebessert hat.

Situation 2: Kind mit Symptomen, ohne Kontakt mit Erkrankten

Ihr Kind hat Symptome einer möglichen Ansteckung mit dem neuen Coronavirus, aber es hatte keinen engen Kontakt mit einer Person, die Symptome einer Ansteckung aufweist (Person über 12 Jahre). In diesem Fall ist das weitere Vorgehen von den Symptomen und vom Gesundheitszustand Ihres Kindes abhängig:

- **Ihr Kind hat leichte Erkältungssymptome** (Schnupfen und/oder Halsweh und/oder leichter Husten) **und einen guten Allgemeinzustand:** Ihr Kind darf die Schule oder Betreuungseinrichtung weiterhin besuchen.
- **Ihr Kind hat Fieber und einen guten Allgemeinzustand:** Ihr Kind muss zu Hause bleiben. Es darf die Schule oder Betreuungseinrichtung erst wieder besuchen, nachdem es 24 Stunden kein Fieber mehr hatte. Nehmen Sie Kontakt mit der Kinderärztin/dem Kinderarzt auf, falls das Fieber Ihres Kindes drei Tage oder länger anhält. Falls bei Ihrem Kind weitere Symptome (Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen, Gliederschmerzen, Verlust von Geruchs- und/oder Geschmacksinn) auftreten, dann besprechen Sie das weitere Vorgehen mit der Kinderärztin/dem Kinderarzt.
- **Ihr Kind hat starken Husten und einen guten Allgemeinzustand:** Ihr Kind muss zu Hause bleiben. Es darf die Schule oder Betreuungseinrichtung erst wieder besuchen, wenn sich der Husten innerhalb von drei Tagen deutlich gebessert hat. Nehmen Sie Kontakt mit der Kinderärztin/dem Kinderarzt auf, falls der starke Husten Ihres Kindes länger als drei Tage anhält. Falls bei Ihrem Kind weitere Symptome (Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen, Gliederschmerzen, Verlust von Geruchs- und/oder Geschmacksinn) auftreten, dann besprechen Sie das weitere Vorgehen mit der Kinderärztin/dem Kinderarzt.
- **Ihr Kind hat Fieber oder starken Husten und/oder einen schlechten Allgemeinzustand:** Nehmen Sie direkt Kontakt mit der Kinderärztin/dem Kinderarzt auf, um das Vorgehen zu besprechen.

Wie wird eine Erkrankung mit dem neuen Coronavirus behandelt?

Die Behandlung beschränkt sich auf die Linderung der Symptome. Erkrankte werden zum Schutz anderer Personen isoliert. Bei einer schweren Erkrankung ist meist eine Behandlung auf der Intensivstation eines Spitals erforderlich. Unter Umständen braucht es eine künstliche Beatmung.

Haben Sie Beschwerden, ein Krankheitsgefühl oder Symptome, die nicht mit dem neuen Coronavirus

in Zusammenhang stehen?

Gesundheitliche Beschwerden, Krankheiten und Symptome, die nicht das neue Coronavirus betreffen, müssen weiterhin ernst genommen und behandelt werden. Nehmen Sie Hilfe in Anspruch und warten Sie nicht zu lange: Rufen Sie einen Arzt oder eine Ärztin an.

Wann muss ich mich auf das neue Coronavirus testen lassen?

Fühlen Sie sich krank oder spüren Sie Krankheitssymptome des neuen Coronavirus? Bleiben Sie zu Hause, machen Sie den Coronavirus-Check (check.bag-coronavirus.ch) oder rufen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt an. Beantworten Sie alle Fragen im Online-Check oder am Telefon bestmöglich. Am Ende erhalten Sie eine Handlungsempfehlung und gegebenenfalls die Anweisung, sich testen zu lassen. Bleiben Sie zu Hause, bis das Testergebnis vorliegt.

Wo kann ich mich testen lassen?

Die Tests führen Ärztinnen und Ärzte, Spitäler oder speziell bezeichnete Testzentren durch. Sie können den Coronavirus-Check (check.bag-coronavirus.ch) machen. Wenn der Test empfiehlt, dass Sie sich testen lassen sollen, erhalten Sie Anweisungen, wie Sie vorgehen müssen.

Die Seite www.ch.ch/fr/coronavirus verlinkt auf die kantonalen Internetseiten. Dort finden Sie Informationen rund um das neue Coronavirus und Kontaktangaben.

In welchen Fällen übernimmt der Bund die Kosten für einen PCR-Test?

Der Bund übernimmt seit dem 25. Juni 2020 die Testkosten (molekularbiologischer PCR-Test), wenn die Kriterien des BAG erfüllt sind. Dies ist beispielsweise der Fall, wenn Sie Symptome haben, die zu Covid-19 passen und Ihre Ärztin oder Ihr Arzt den Test auf eine Infektion mit dem neuen Coronavirus anordnet. Eine Meldung durch die SwissCovid App von einem Kontakt mit einer infizierten Person gilt ebenfalls als Kriterium.

Wenn die Testkriterien des BAG nicht erfüllt sind, übernimmt der Bund die Testkosten nicht. Dies kann der Fall sein, wenn Sie beispielsweise ein Testresultat für eine Reise benötigen oder der Test nur auf Wunsch Ihres Arbeitgebers erfolgt.

Versammlungen, Veranstaltungen und Freizeitaktivitäten

Welche Versammlungen sind verboten?

Im öffentlichen Raum sind spontane Menschenansammlungen von **mehr als 15 Personen** verboten. Als öffentlicher Raum gelten beispielsweise öffentliche Plätze, Spazierwege und Parkanlagen.

Welche Regeln gelten für öffentliche und private Veranstaltungen?

An privaten Veranstaltungen im Freundes- und Familienkreis (die nicht an öffentlich zugänglichen Orten stattfinden, z.B. zuhause) dürfen **höchstens 10 Personen** teilnehmen. Private Veranstaltungen sollten Sie wenn möglich vermeiden.

Es ist verboten, Veranstaltungen mit **mehr als 50 Teilnehmenden** durchzuführen. Das betrifft alle sportlichen, kulturellen und anderen Veranstaltungen, ausgenommen sind Parlaments- und Gemeindeversammlungen. Weiterhin möglich sind auch politische Demonstrationen sowie Unterschriftensammlungen für Referenden und Initiativen – wie bisher mit den nötigen Schutzvorkehrungen.

Welche Regeln gelten für sportliche und kulturelle Freizeitaktivitäten?

Sportliche und kulturelle Freizeitaktivitäten sind in Innenräumen mit bis zu 15 Personen erlaubt, wenn sowohl genügend Abstand eingehalten werden kann als auch Masken getragen werden. Von einer Maske kann abgesehen werden, wenn grosszügige Raumverhältnisse vorherrschen, etwa in Tennishallen oder grossen Sälen. Im Freien muss nur der Abstand eingehalten werden. Kontaktsport ist verboten. Von den Regeln ausgenommen sind Kinder unter 16 Jahren.

Im professionellen Bereich von Sport und Kultur sind Trainings und Wettkämpfe sowie Proben und Auftritte zulässig. Da beim Singen besonders viele Tröpfchen ausgestossen werden sind Anlässe von Laien-Chören verboten, professionellen Chören ist das Proben erlaubt.

Welche Regeln gelten für Bars und Restaurants?

- Die Gästegruppe darf höchstens 4 Personen pro Tisch betragen. Davon ausgenommen sind Eltern mit Kindern.
- Es gilt eine Sperrstunde von 23.00 Uhr bis 06.00 Uhr.
- Sitzpflicht in Restaurants und Bars: Getränke und Essen darf nur sitzend konsumiert werden.

Welche Regeln gelten für Diskotheken und Tanzlokale?

Der Betrieb von Diskotheken und Tanzlokalen sowie die Durchführung von Tanzveranstaltungen ist verboten.

Homeoffice

Arbeiten Sie möglichst von zu Hause aus. Dadurch reduzieren sich die Kontakte und somit die Verbreitung des Virus.

Für Arbeitnehmende, die nicht von zu Hause aus arbeiten können, gilt das Arbeitsgesetz: Der Arbeitgeber ist verpflichtet, die Gesundheit der Arbeitnehmenden mit entsprechenden Massnahmen zu schützen.

Weitere Informationen

Wo kann ich weitere Informationen in meiner Muttersprache finden?

Auf der Webplattform migesplus.ch finden Sie viele weitere zuverlässige Informationen zu Covid-19 und auch zu anderen Gesundheitsthemen: <https://www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19>

Hilfe finden.

Was kann ich tun, wenn meine Sprache im Spital nicht gesprochen und nicht verstanden wird?

Fragen Sie von Anfang an nach einem Dolmetscher oder einer Dolmetscherin. Es gibt auch Dolmetschdienste via Telefon. Wenn professionelle Dolmetschende beigezogen werden, müssen Sie Ihre Angehörigen nicht zum Dolmetschen mitnehmen und diese werden so vor einer Ansteckung geschützt. Sie haben bei medizinischen Eingriffen das Recht, zu verstehen und verstanden zu werden.

Müssen Sie zuhause bleiben und brauchen Sie Lebensmittel oder Medikamente? Oder möchten Sie jemandem helfen?

Schauen Sie in Ihrer direkten Umgebung:

- Könnten Sie jemanden um Hilfe bitten?
- Oder könnten Sie jemandem Ihre Hilfe anbieten?

Weitere Möglichkeiten:

- Wenden Sie sich an Ihre Gemeinde- oder Stadtverwaltung
- Nutzen Sie die App «Five up»
- Schauen Sie nach auf www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

Hier gilt weiterhin: Die Hygiene- und Verhaltensregeln müssen immer beachtet werden.

Machen Sie sich Sorgen oder brauchen Sie jemanden zum Reden?

Hier finden Sie Informationen:

- Im Internet unter www.dureschnufe.ch / www.santepsy.ch / www.salutepsi.ch
- Telefonische Beratung unter 143 (Die Dargebotene Hand)

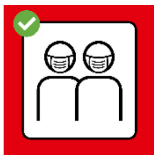
Fühlen Sie sich zuhause bedroht? Suchen Sie Hilfe oder Schutz?

- Telefonnummern und E-Mail-Adressen für anonyme Beratungen und Schutz in der ganzen Schweiz finden Sie unter www.opferhilfe-schweiz.ch / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch.
- Im **Notfall** rufen Sie die Polizei: Telefonnummer **117**

Weitere wichtige Telefonnummern:

- Der **Sanitätsnotruf** (Ambulanz) **144**: Dieser steht in der ganzen Schweiz rund um die Uhr für alle medizinischen Notfälle zur Verfügung.
- **Infoline** zum neuen Coronavirus: Unter der Nummer **058 463 00 00** werden Fragen zum neuen Coronavirus beantwortet.
- **Wenn Sie keinen Hausarzt haben: Medgate** steht Ihnen unter **0844 844 911** jeden Tag und auch nachts zur Verfügung.

Masken



In der Schweiz gilt an vielen Orten Maskenpflicht. Im Allgemeinen gilt: Tragen Sie eine Maske, wenn Sie nicht zu Hause sind und Sie den Abstand zu anderen Personen nicht durchgehend einhalten können. Die Maske soll immer die Nase und den Mund bedecken.

Das Tragen einer Maske in der Öffentlichkeit dient in erster Linie zum Schutz von anderen Personen. Eine infizierte Person kann bereits zwei Tage vor Auftreten der Symptome ansteckend sein, ohne es zu wissen. Wenn auf engem Raum also alle eine Maske tragen, wird jede Person von den anderen geschützt. Durch das Maskentragen ist kein hundertprozentiger Schutz gewährleistet, jedoch verlangsamt sich so die Ausbreitung des neuen Coronavirus.

Wo gilt Maskenpflicht?

- **Maskenpflicht im öffentlichen Verkehr und im Flugzeug:** In folgenden Verkehrsmitteln und in folgenden Bereichen des öffentlichen Verkehrs müssen Sie eine Maske tragen:
 - Zug, Tram, Bus
 - Berg- und Seilbahnen
 - Schiff
 - Flugzeug (alle Linien- und Charterflüge, die in der Schweiz starten oder landen)
 - Auf Perrons, Tram- und Bushaltestellen, auch wenn diese Bereiche draussen sind
 - In Bahnhöfen, Flughäfen und anderen Zugangsbereichen des ÖV, auch wenn diese Bereiche draussen sind
- **Schweizweite Maskenpflicht in öffentlich zugänglichen Bereichen:** In allen öffentlich zugänglichen Bereichen von Betrieben und Einrichtungen gilt Maskenpflicht. Dies betrifft sowohl die Innen- als auch die Aussenbereiche. Dazu gehören beispielsweise:
 - Geschäfte, Einkaufszentren, Banken und Poststellen
 - Museen, Bibliotheken, Kinos, Theater und Konzertlokale
 - Zoologische und botanische Gärten und Tierparks
 - Restaurants, Bars, Spielsalons und Hotels (mit Ausnahme der Gästezimmer)
 - Eingangs- und Garderobenräume von Schwimmbädern, Sportanlagen und Fitnesszentren
 - Gesundheitseinrichtungen, Arztpraxen und öffentlich zugängliche Bereiche von Spitälern und Pflegeheimen
 - Kirchen und religiöse Einrichtungen
 - Soziale Einrichtungen, Beratungsstellen und Quartierräume
 - Fürs Publikum zugängliche Bereiche der öffentlichen Verwaltung, wie beispielsweise von Sozialdiensten, Gerichten sowie für das Publikum zugängliche Innenräume, in denen Parlamente oder Gemeindeversammlungen tagen
 - Märkte, inkl. Weihnachtsmärkte
- **Maskenpflicht im öffentlichen Raum:** Im öffentlichen Raum, dazu zählen beispielsweise Strassen, Trottoirs, Parks und Spielplätze, gilt die Maskenpflicht wie folgt:
 - In belebten Fussgängerzonen von Zentren und Dorfkernen.

- Überall, wo es so viele Personen hat, dass Sie den Abstand von 1,5 Metern zu anderen Personen nicht einhalten können. Dies gilt auch, wenn Sie Freunde und Bekannte unterwegs treffen und den Abstand nicht einhalten können.
- **Maskenpflicht in Innenräumen bei der Arbeit:** Bei der Arbeit müssen Sie in allen Innenräumen eine Maske tragen. Ausnahmen sind, wenn Sie in einem abgetrennten Raum arbeiten oder den Abstand von 1,5 Metern zu anderen Personen einhalten können. Wie auch, wenn Sie aus Sicherheitsgründen keine Maske tragen können.
- **Maskenpflicht in der Sekundarstufe II:** In der Sekundarstufe II, wie beispielsweise in Gymnasien, Berufsschulen und Fachmittelschulen, gilt Maskenpflicht. Jugendliche, Lehrpersonen und weiteres Personal müssen eine Maske tragen. Die Maskenpflicht gilt während dem Unterricht sowie in und auf dem Schulareal.

Gibt es Ausnahmen für kleine Kinder und andere Personen?

Kinder unter zwölf Jahren sind von der Maskenpflicht ausgenommen. Zudem sind Personen, die aus besonderen Gründen, insbesondere medizinischen, keine Masken tragen können, ebenfalls ausgenommen.

Wenn ich keine Maske habe: Kann ich auch den Schal über Gesicht und Nase ziehen, oder sonst ein Tuch?

Nein, mit einem Schal oder Tuch wird die Maskenpflicht nicht erfüllt. Ein Schal schützt nicht ausreichend vor Ansteckung und schützt auch andere Personen nicht genügend. Es soll eine Hygienemaske oder eine industriell gefertigte Textilmaske getragen werden.

Reisen / Einreise in die Schweiz

Seit dem 6. Juli 2020 sind Sie nach der Einreise aus bestimmten Gebieten dazu verpflichtet, sich in der Schweiz 10 Tage lang in Quarantäne zu begeben.

Diese Massnahme basiert auf der Verordnung über Massnahmen zur Bekämpfung des neuen Coronavirus (Covid-19) im Bereich des internationalen Personenverkehrs und gilt für die Einreise aus Staaten oder Gebieten mit erhöhtem Risiko einer Ansteckung mit dem Coronavirus.

Melden Sie Ihre Einreise innerhalb von zwei Tagen der [zuständigen kantonalen Behörde](#) und befolgen Sie die Anweisungen dieser Behörde.

Wer sich einer Quarantäne entzieht oder die Meldepflicht nicht befolgt, begeht nach dem Epidemiegesetz eine Übertretung, die mit einer Busse von bis zu CHF 10'000 bestraft wird.



Die Liste der Staaten oder Gebiete mit erhöhtem Risiko einer Ansteckung mit dem Coronavirus, die kantonalen Kontakte sowie Ausnahmen von der Quarantäneverpflichtung finden Sie hier: www.bag.admin.ch/einreise

Coronavirus-Tests und Contact Tracing stoppen Infektionsketten.



Weshalb die beiden Massnahmen so wichtig sind.

Damit ein annähernd «normales» Leben stattfinden kann, sollen sich alle Menschen mit Krankheitssymptomen sofort auf das neue Coronavirus testen lassen – auch bei leichten Symptomen. Zusätzlich zum Testen ist es ausserdem wichtig, dass alle Menschen ihre Kontaktdaten zur Rückverfolgung zur Verfügung stellen, zum Beispiel im Restaurant. Denn infizierte Personen können bereits ansteckend sein, wenn sie sich noch gesund fühlen. So stoppen Tests und Contact Tracing die Infektionsketten.

Wenn der Coronavirus-Test positiv ausfällt, dann beginnt das Contact Tracing.

- Die kantonalen Behörden ermitteln gemeinsam mit der infizierten Person, mit wem diese engen Kontakt hatte.

- Behörden informieren die Kontaktpersonen über eine mögliche Ansteckung und zum weiteren Vorgehen.
- Auch wenn diese Personen keine Symptome haben, müssen sie in Quarantäne. Dies gilt für zehn Tage nach dem letzten Kontakt zur ansteckenden Person.
- Wird während dieser Zeit keine Infektion festgestellt, heben die Behörden die Quarantäne wieder auf.



SwissCovid App

Mit Unterstützung der SwissCovid App für Mobiltelefone wollen wir die unkontrollierte Weiterverbreitung des neuen Coronavirus eindämmen. Je mehr Personen die SwissCovid App nutzen, desto grösser wird ihr Beitrag hierzu.

Wer längere Zeit in der Nähe mindestens einer Person war, die später positiv auf das neue Coronavirus getestet wurde, wird via App über eine mögliche Ansteckung und das weitere Vorgehen informiert. Die Privatsphäre bleibt geschützt. Die Nutzung der App ist freiwillig und kostenlos. Die App kann im App-Store von Apple sowie im Google Play Store heruntergeladen werden.

SwissCovid App hilft Übertragungsketten schneller zu stoppen

Die SwissCovid App für Mobiltelefone (Android/iPhone) trägt zur Eindämmung des neuen Coronavirus bei. Sie ergänzt das klassische «Contact Tracing», d.h. die Rückverfolgung neuer Ansteckungen durch die Kantone, und hilft somit, Übertragungsketten zu stoppen.

Die SwissCovid App ist im Apple Store und Google Play Store verfügbar (in den Sprachen: Deutsch, Französisch, Italienisch, Rätoromanisch, Albanisch, Bosnisch, Englisch, Kroatisch, Portugiesisch, Serbisch, Spanisch, Türkisch und Tigrinya.)

- [Google Play Store für Android](#)
- [Apple Store für iOS](#)

Die Nutzung der SwissCovid App ist freiwillig und kostenlos. Je mehr Personen die App installieren und verwenden, umso wirksamer unterstützt sie die Eindämmung des neuen Coronavirus.

Wie funktioniert die SwissCovid App?

Installieren Sie die SwissCovid App auf Ihr Apple- oder Android-Mobiltelefon. Danach müssen Sie nichts weiter tun, als das Mobiltelefon bei eingeschalteter Bluetooth-Funktion bei sich zu haben. Das Mobiltelefon sendet dann über Bluetooth verschlüsselte IDs, sogenannte Prüfsummen aus. Das sind lange, zufällige Zeichenketten. Nach zwei Wochen werden alle Prüfsummen automatisch vom Gerät gelöscht.

Die App misst anonym die Zeitdauer und den Abstand zu anderen Mobiltelefonen. Sie zeichnet auf, wenn ein **enger Kontakt** bestand (näher als 1,5 Meter und insgesamt über einen Tag länger als 15 Minuten). Dann nämlich besteht die Möglichkeit, dass das Virus übertragen wurde.

So erfolgt die Meldung

Wird eine SwissCovid App-Nutzerin oder ein -Nutzer positiv auf das Coronavirus getestet, erhält diese Person von den kantonalen Behörden einen Code (Covidcode). Nur mit diesem Code kann die Person die Benachrichtigungsfunktion in ihrer App aktivieren. Dadurch werden andere App-Nutzerinnen/-Nutzer gewarnt, mit der die Person während der Ansteckungsphase (zwei Tage vor Ausbruch der Krankheitssymptome) in engem Kontakt stand. Mit Eingabe des Codes erfolgt die Benachrichtigung automatisch und anonym.

Die benachrichtigten Personen können die in der App genannte Infoline anrufen und die weiteren Schritte abklären. Die Privatsphäre wird dabei jederzeit gewahrt. Hat eine benachrichtigte Person bereits Krankheitssymptome, sollte sie zu Hause bleiben, den Kontakt zu anderen Menschen meiden, den Coronavirus-Check machen oder ihre Ärztin/ihren Arzt anrufen.

Durch dieses solidarische Verhalten können wir alle helfen, Infektionsketten zu unterbrechen.

Schutz der Persönlichkeit

Daten, welche die SwissCovid App sammelt, speichert sie nur lokal auf dem eigenen Mobiltelefon. Sie sendet keine Personen- oder Ortungsdaten an zentrale Speicherorte oder Server. Daher kann niemand rekonstruieren, mit welcher Person man Kontakt hatte und wo der Kontakt stattfand. Wenn die Coronavirus-Krise überstanden ist, oder falls sich die App als wirkungslos erweisen sollte, wird das System abgestellt.

Ich habe eine Meldung der SwissCovid App erhalten, dass die Möglichkeit einer Ansteckung besteht. Habe ich Anrecht auf einen Test?

Ja, sobald Sie eine Meldung über eine mögliche Ansteckung erhalten haben, können Sie sich kostenlos testen lassen.

Dieser Test soll Personen erkennen, die bereits infiziert sind, aber noch keine Symptome haben. Er sollte frühestens 5 Tage nach der möglichen Ansteckung durchgeführt werden.

Fällt der Test positiv aus, werden Sie von der zuständigen kantonalen Stelle kontaktiert, die Sie über das weitere Vorgehen informiert. Dies trägt dazu bei, die Übertragung des Virus einzudämmen.

Erhalte ich meinen Lohn weiter, wenn ich mich nach einer Meldung über eine mögliche Ansteckung dafür entscheide, zu Hause zu bleiben?

Wenn Sie eine Meldung über eine mögliche Ansteckung erhalten haben, rufen Sie bitte die Infoline SwissCovid an (Telefonnummer wird bei einer Meldung in der App angezeigt). Sie können Sie in diesen Fragen beraten.

Grundsätzlich ist der Arbeitgeber nicht zu einer Lohnfortzahlung verpflichtet, wenn Sie auf Grund einer Meldung über eine mögliche Ansteckung zu Hause bleiben.

Nur eine von den zuständigen kantonalen Behörden verfügte Quarantäne berechtigt zu einer Lohnfortzahlung.

Was ist das neue Coronavirus? Was ist SARS-CoV-2 und was Covid-19?

Das neue Coronavirus wurde Ende 2019 in China aufgrund einer aussergewöhnlichen Häufung von Lungenentzündungen in der zentralchinesischen Stadt Wuhan entdeckt. Das Virus erhielt den Namen SARS-CoV-2 und gehört zur selben Familie wie die Erreger des «Middle-East Respiratory Syndrome» MERS und des «Schweren Akuten Respiratorischen Syndroms» SARS.

Der durch das neue Coronavirus verursachten Krankheit hat die WHO am 11. Februar 2020 einen offiziellen Namen gegeben: Covid-19, kurz für «coronavirus disease 2019» oder auf Deutsch «Coronavirus-Krankheit 2019».

Die gegenwärtig verfügbaren Informationen lassen darauf schliessen, dass Tiere das Virus auf den Menschen übertragen haben und es sich nun von Mensch zu Mensch verbreitet. Der örtliche Ursprung ist wahrscheinlich ein Fisch- und Tiermarkt in der Stadt Wuhan, den die chinesischen Behörden unterdessen geschlossen haben.

Weitere Informationen:

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus

(Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH