

Verhaltensinformationen für Menschen in häuslicher Quarantäne



Halten Sie 2m Abstand von anderen Menschen!
Nutzen Sie Zimmer am besten allein oder nur mit wenigen anderen Menschen.



Husten und Niesen nur in die Armbeuge oder in ein Taschentuch. Taschentuch danach wegschmeißen.
Kleidung jeden Tag wechseln und heiß waschen.



Regelmäßig Hände waschen!
Mindestens 20 Sekunden.
Besonders vor und nach dem Essen.
Nach der Toilette.



Haus und Wohnung sauber halten.
Sich selbst sauber halten. Jeder nutzt ein eigenes Handtuch.
Müll von kranken Menschen in einem extra Mülleimer wegschmeißen.



Regelmäßig lüften.
z.B. 3x am Tag alle Fenster für 5 Minuten aufmachen.



Die Inkubationszeit ist 14 Tage. Deshalb bleibt man zwei Wochen zu Hause.
Man telefoniert jeden Tag mit dem Gesundheitsamt und bekommt Informationen.