

# Das Coronavirus

## Informationen der Stadt Rinteln



Bürgertelefon der Stadt Rinteln Tel. 05751 403-0, -189, -300

Info Nr. 3

Stand: 30.03.20

### Appell vom Amt für Sicherheit und Ordnung, Bürgerdienste

Die Corona-Pandemie verändert das Leben der Menschen und nicht zuletzt auch das Handeln in unserer Stadt. Es stellt jeden Einzelnen vor große Herausforderungen. Seit einer Woche kontrolliert der Ordnungsdienst der Stadt Rinteln – auch gemeinsam mit der Polizei Rinteln – ob die Regelungen zur Vermeidung sozialer Kontakte in der Öffentlichkeit eingehalten werden. Die Maßnahmen zur Verlangsamung der Ausbreitung des Corona-Virus werden von den Rintelern in allen Lebensbereichen weitestgehend diszipliniert angenommen. Die Polizei Rinteln zieht hier ebenfalls eine sehr positive Bilanz. Bitte machen Sie weiter so! Nur so schützen Sie sich selbst, Ihre Angehörigen und Mitmenschen. Und Sie schützen auch diejenigen Menschen, die sich in den verschiedensten Bereichen unseres Lebens sowohl beruflich als auch freiwillig für uns alle engagieren. Ihnen gebührt unsere besondere Dankbarkeit.

**Vielen Dank für Ihre Bereitschaft, diese besondere Situation gemeinsam zu bewältigen!**

### Die Stadtwerke Rinteln GmbH informiert...



- Anpassung oder Aussetzung von Abschlagszahlungen
- Individuelle Absprachen für direkt finanziell betroffene Kundinnen/Kunden:
  - Anfrage bitte per Mail an: [info@stadtwerke-rinteln.de](mailto:info@stadtwerke-rinteln.de)
  - Angabe der gewünschten Abschlagshöhe / Aussetzung
  - Angabe der aktuellen Zählerstände (Strom, Gas, Wasser – sofern vorhanden)
  - Rückmeldung erfolgt per Mail
  - bei Rückrufwunsch: Angabe der Telefonnummer
- Persönlicher Kontakt derzeit nur nach telefonischer Vereinbarung
- Aktuelle Geschäftszeiten: Mo. – Do. 7 bis 16 Uhr, Fr. 7 bis 12 Uhr
- **Telefon: 05751 7000 / Mail: [info@stadtwerke-rinteln.de](mailto:info@stadtwerke-rinteln.de)**
- Die Erreichbarkeit der Störungsstelle ist gewährleistet
- Die Nutzung des Kassenautomats im Kundencenter ist möglich

### Hier bekommen Sie Hilfe!

- **19 222 oder 116 117** (vorwahlfrei aus dem Festnetz)
- **05721 19 222 oder 05721 116 117** (vom Mobiltelefon)

Spezielle Corona-Antworten bekommen Sie beim **Gesundheitsamt** unter:

**05721 703 2591** und **05721 703 2592**,

Mo.-Do. 9-12 Uhr und 13-16 Uhr, Fr. 9-12 Uhr und 14-18 Uhr, Sa. + So. 10-18 Uhr

# Coronavirus-Infektion und häusliche Quarantäne

IHR ANSPRECHPARTNER

## Das Gesundheitsamt

Infos für  
Betroffene



QUARANTÄNE

14 TAGE  
ZUHAUSE

Bitte kontaktieren Sie umgehend ihr Gesundheitsamt, wenn Sie sich krank fühlen oder folgende Symptome haben: Husten, Schnupfen, infektionsbedingte Atemnot, Fieber. Den Kontakt zu Ihrem Gesundheitsamt finden Sie unter [www.rki.de/mein-gesundheitsamt](http://www.rki.de/mein-gesundheitsamt).

### Ihr Gesundheitsamt hilft

- ▶ Wenn Sie unsicher sind, wie Sie sich in der Quarantäne verhalten sollen oder
- ▶ welche Hygieneregeln zu beachten sind.
- ▶ Bei Fragen zur medizinischen Versorgung oder
- ▶ wenn Nachbarn Ihnen z. B. bei der Versorgung mit Lebensmitteln nicht helfen können.
- ▶ Wenn Sie Unterstützung bei der Versorgung Ihrer Kinder brauchen oder
- ▶ wenn Sie Hinweise darauf haben, dass Ihre Kinder im Kindergarten oder der Schule ausgegrenzt werden.

### Unterstützungsangebote

Berichten Sie Ihre Sorgen und Nöte mit der Quarantäne! Ihre Ansprechpartner beim Gesundheitsamt kennen **passende Unterstützungsangebote** und helfen Ihnen gerne weiter.

Erwerbstätige, die wegen einer angeordneten Quarantäne einen Verdienstausfall erleiden, haben i. d. R. einen **Anspruch auf eine finanzielle Entschädigung**. Ihr Gesundheitsamt informiert Sie über die bestehenden Möglichkeiten.



## VERSORGUNG

### Medizinische Versorgung:

- ▶ Kontaktieren Sie Ihre/n Haus- oder Facharzt/-ärztin, wenn Sie wegen einer anderen bzw. bestehenden Erkrankung dringend Medikamente oder eine ärztliche Behandlung benötigen.
- ▶ Sagen Sie, was Sie benötigen und dass Sie unter Quarantäne stehen.
- ▶ Kontaktieren Sie bei medizinischen Problemen, die zur Nicht-Einhaltung der Quarantäne führen können, Ihr Gesundheitsamt.



Kontaktieren Sie umgehend Ihr Gesundheitsamt, wenn Sie sich krank fühlen oder folgende Symptome haben: Husten, Schnupfen, infektionsbedingte Atemnot, Fieber. [www.rki.de/mein-gesundheitsamt](http://www.rki.de/mein-gesundheitsamt)



Bei lebensbedrohlichen akuten Erkrankungen, Vergiftungen oder schweren Verletzungen wählen Sie den Notruf (112). Beachten Sie die allgemeinen Regeln bei einem Notruf und sagen Sie, dass Sie unter Quarantäne stehen!

### Versorgung mit Lebensmitteln:

- ▶ Bitten Sie Familienangehörige, Freunde oder Nachbarn darum, Ihnen zu helfen. Sie können die Lebensmittel einfach vor Ihrer Tür abstellen.
- ▶ Unterstützung bieten ggf. die Feuerwehr, das Technische Hilfswerk (THW) oder ehrenamtlich Helfende in der Gemeinde.



Die Quarantäne ist wichtig. Sie dient Ihrem Schutz und dem Schutz von uns allen. vor Ansteckung mit dem neuartigen Coronavirus und soll die Verbreitung der Erkrankung verhindern. Die Quarantäne wurde angeordnet, weil Sie innerhalb der letzten 14 Tage in einem besonders betroffenen Gebiet in Deutschland bzw. in einem internationalen Risikogebiet waren oder weil Sie Kontakt zu einem COVID-19-Erkrankten hatten.

Damit zählen Sie zu denen, die ansteckungsverdächtig sind, ohne selber krank oder krankheitsverdächtig zu sein.

Bei COVID-19 werden Quarantänemaßnahmen getroffen, da diese Krankheit ähnlich schwer verlaufen kann wie die ebenfalls durch Coronaviren verursachten Krankheitsbilder SARS<sup>1</sup> und MERS<sup>2</sup>, die Ausbreitung von COVID-19 in der Bevölkerung jedoch einfacher und schneller geschieht.

**Es ist sehr wichtig, dass Sie die Quarantäne und die Hygieneregeln genau einhalten – auch wenn Sie keine Beschwerden haben sollten. Sie schützen damit sich und andere.**

**Schutzmaßnahmen:** Husten- und Nies-Regeln befolgen, gute Händehygiene sowie Abstand halten, können vor einer Übertragung des neuartigen Coronavirus schützen.



## WOHLBEFINDEN

**Für Familien mit Kindern** kann häusliche Quarantäne eine besondere Herausforderung sein, u. a., wenn es um Unterstützung bei der Versorgung der Kinder geht.



- ▶ Versuchen Sie miteinander so gut es geht in Verbindung zu bleiben.
- ▶ Wenn Sie nach der Quarantäne Hinweise darauf haben, dass Ihre Kinder im Kindergarten oder in der Schule ausgegrenzt werden, sprechen Sie mit dem pädagogischen Personal.

### Seelische Gesundheit pflegen.

Mit einer Quarantäne können psychosoziale Belastungen einhergehen. Dazu gehören z. B. Ängste und Sorgen vor einer Ansteckung, das Gefühl, ausgegrenzt zu werden, Einsamkeit, Anspannung oder Schlafstörungen.

- ▶ Auch wenn Sie keinen direkten Kontakt zu Personen haben dürfen, bleiben Sie mit Freunden und Familienangehörigen über Telefon, Internet oder andere Medien in Verbindung.
- ▶ Überlegen Sie, was Ihnen in belastenden Situationen außerdem helfen könnte.
- ▶ Nutzen Sie vorhandene telefonische Hilfsangebote wie z. B. das Seelsorgetelefon oder Krisendienste.
- ▶ Nutzen Sie auch in der häuslichen Quarantäne Ihre Möglichkeiten, Sport zu treiben (z. B. mit einem Heimtrainer oder machen Sie einfache Gymnastikübungen). So bleiben Sie fit und können negativen Stress abbauen.

