



COVID-19: Anweisungen zur Quarantäne

Stand: 12. Januar 2022 (in Anlehnung an die Unterlagen des BAG)

Was zu tun ist, wenn Sie engen Kontakt mit einer Person hatten, die positiv auf das Coronavirus getestet wurde:

Sie hatten engen Kontakt mit einer am Coronavirus erkrankten Person, deren Erkrankung in einem Labor bestätigt wurde. Enger Kontakt heisst, Sie leben **im selben Haushalt** mit der erkrankten Person oder halten sich oft längere Zeit dort auf oder Sie hatten **intimen Kontakt**. War diese Person während des Kontakts ansteckend, müssen Sie sich für 5 Tage zu Hause in Quarantäne begeben.

Am Ende der Quarantäne wird ein negatives Ergebnis eines PCR-Tests für die Aufhebung der Quarantäne verlangt. Dieser Test muss am vierten Tag der Quarantäne gemacht werden. Die Kosten übernimmt das Land.

Von der Pflicht zur Kontakt-Quarantäne befreit sind Personen deren letzte Grund- oder Auffrischimpfung vor weniger als vier Monaten erfolgt ist oder die seit weniger als vier Monaten genesen sind. Ein Antikörpertest befreit nicht von der Quarantäne.

Diese von der Quarantänepflicht ausgenommenen Personen sind angehalten:

- sich ca. 5 Tage nach dem letzten Kontakt mit dem Covid-19-Fall testen zu lassen;
- während 7 Tagen nach dem letzten Kontakt mit der positiv getesteten Person bei jedem Kontakt mit anderen eine Maske zu tragen;
- Kontakte so weit wie möglich einzuschränken (am Arbeitsplatz ungeschützten Kontakt mit anderen Mitarbeitenden vermeiden, insbesondere während der Pausen) und einen Abstand von $\geq 1,5$ m zum Umfeld einzuhalten;
- öffentliche Orte zu meiden;
- keine Veranstaltungen zu besuchen.

Durch die Quarantäne vermeiden Sie die Übertragung des Virus auf Personen in Ihrem Haushalt und in der Bevölkerung. Sie könnten selbst während dieser Zeit ansteckend werden. Sie leisten mit der Quarantäne einen wichtigen Beitrag, um besonders gefährdete Personen zu schützen und die Verbreitung des Virus zu verlangsamen.

Folgende Anweisungen zeigen Ihnen, welche Vorsichtsmassnahmen Sie während der Quarantäne ergreifen müssen, um die Übertragung des Virus zu vermeiden. Alle wichtigen Informationen über das Coronavirus finden Sie auf der Website des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) <http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus> und auf der Webseite des Amtes für Gesundheit www.ag.llv.li.

Soziale und berufliche Absonderung

- Bleiben Sie für 5 Tage zu Hause oder in einer geeigneten Unterkunft ab dem Datum des letzten Kontakts mit der ansteckenden Person.
- Vermeiden Sie jeglichen Kontakt mit anderen Personen. Ausgenommen sind Personen, die ebenfalls unter Quarantäne stehen und mit Ihnen im gleichen Haushalt leben. Beachten Sie dabei jedoch, dass sich Ihre Quarantäne verlängert, wenn eine Person, mit der Sie weiterhin Kontakt haben, Symptome entwickelt und positiv getestet wird.
- Wenn Sie mit einer erkrankten Person im gleichen Haushalt leben, vermeiden Sie auch während Ihrer Quarantäne jeglichen direkten Kontakt zu dieser Person.
- Wenn Sie mit anderen Personen, die nicht unter Quarantäne stehen, im gleichen Haushalt leben, vermeiden sie jeglichen direkten Kontakt zu diesen Personen.
- Befolgen Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln: www.hebensorg.li und www.bag.admin.ch/so-schuetzen-wir-uns.



Überwachen Sie Ihren Gesundheitszustand

Beobachten Sie Ihren Gesundheitszustand: Unwohlsein, Müdigkeit, Fieber, Fiebergefühl, Husten, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit oder plötzlicher Verlust des Geruchs- und/ oder Geschmacksinns können unter anderem Zeichen einer Infektion mit dem neuen Coronavirus sein.

Wenn Symptome auftreten

- Begeben Sie sich in Isolation und befolgen Sie die Anweisungen, die für die Isolation gelten. Sie finden alle nötigen Informationen auf der Website des Amts für Gesundheit www.ag.llv.li.
- Lassen Sie sich testen. Die Contact Tracerin wird Ihnen hierzu Informationen geben.

Quarantäne bei Kindern unter 12 Jahren und Eltern

- Grundsätzlich gelten auch für die Kinder und Eltern die Regeln der Quarantäne.
- Das Kind darf während der Quarantäne keinen Kontakt zu anderen Personen ausserhalb der Familie haben.
- Steht nur das Kind unter Quarantäne, so sollte der Kontakt zu anderen Haushaltsmitgliedern soweit wie möglich reduziert werden. Die Machbarkeit hängt von Faktoren wie zum Beispiel dem Alter ab. Die Bedürfnisse des Kindes sollten jedoch berücksichtigt werden, insbesondere bei kleinen Kindern.
- Kurze Aufenthalte an der frischen Luft für unter Quarantäne stehende Kinder **OHNE Kontakt zu Personen ausserhalb der Familie** sind möglich.
- Wenn ein Elternteil unter Quarantäne steht, sollte die Kinderbetreuung während der Quarantäne durch das andere Elternteil erfolgen und dieser als Bezugsperson fungieren.
- Stehen beide Eltern unter Quarantäne und das Kind nicht, hängt das Vorgehen vom Alter des Kindes und der Machbarkeit ab. Kann keine Fremdbetreuung organisiert werden und ist das Kind nicht in der Lage, seinen Alltag mit den oben aufgeführten Schutzmassnahmen der Eltern selber zu koordinieren, muss in Erwägung gezogen werden, das Kind mit in die Quarantäne aufzunehmen.

Wenn Sie das Haus verlassen müssen (für eine Arztkonsultation oder wenn Symptome aufgetreten sind und Sie zum Testen müssen):

- **Tragen Sie eine Hygienemaske.**
- **Vermeiden Sie den öffentlichen Verkehr.** Nutzen Sie, falls es Ihr Gesundheitszustand zulässt, Ihr Auto oder Velo, gehen Sie zu Fuss oder rufen Sie ein Taxi.

Wenn Sie alleine leben

- Lassen Sie sich Lebensmittel sowie andere unverzichtbare Produkte wie z. B. Medikamente durch Familienangehörige, Freunde oder einen Lieferservice vor die Haustür liefern.

Wenn Sie mit anderen Personen, aber nicht der positiv getesteten Person, im gleichen Haushalt leben

- Richten Sie sich allein in einem Zimmer bei geschlossenen Türen ein und nehmen Sie die Mahlzeiten in Ihrem Zimmer ein.
- Vermeiden Sie jegliche Besuche und Kontakte und verlassen Sie das Zimmer nur, wenn nötig.
- Wenn Sie Ihr Zimmer verlassen müssen, tragen Sie eine Maske.
- Lüften Sie alle Räume regelmässig.
- Waschen Sie sich regelmässig die Hände.
- Benutzen Sie Ihr eigenes Badezimmer. Wenn dies nicht möglich ist, reinigen Sie die gemeinsamen sanitären Anlagen (Dusche, Toilette, Waschbecken) nach jedem Gebrauch mit einem handelsüblichen Reinigungsmittel.
- Teilen Sie Ihre Haushaltsgegenstände wie Geschirr, Gläser, Tassen oder Küchenutensilien nicht mit anderen Personen. Reinigen Sie diese Artikel nach Gebrauch in der Abwaschmaschine oder sorgfältig mit Wasser und Seife.
- Teilen Sie Handtücher oder Bettwäsche nicht mit anderen Personen.

Waschen der Hände

- Sie und die Personen in Ihrem Umfeld müssen sich die Hände regelmässig während mindestens 20 Sekunden mit Wasser und Seife waschen. Sind Wasser und Seife nicht verfügbar, reinigen Sie Ihre Hände mit einem Hand-Desinfektionsmittel, indem Sie die ganzen Hände mit der Flüssigkeit einreiben, bis sie trocken sind.



- Insbesondere vor und nach dem Zubereiten von Mahlzeiten, vor und nach dem Essen, nach der Toilette und immer, wenn die Hände sichtbar schmutzig sind.

Ende der Quarantäne

- Wenn Sie nach 5 Tagen keine Symptome haben, können Sie sich nach Vorlage eines negativen PCR-Tests (Testabnahme am 4. Tag der Quarantäne) nach Absprache mit dem Contact Tracing wieder in die Öffentlichkeit begeben.
- Befolgen Sie weiterhin die Hygieneregeln und Verhaltensempfehlungen der Kampagne www.hebensorg.li und www.bag.admin.ch/so-schuetzen-wir-uns.
- Überwachen Sie weiterhin Ihren Gesundheitszustand. Es kann vorkommen, dass die ersten Symptome erst später auftreten.

Lohnfortzahlung bei behördlich verfügter Quarantäne

Als Kontaktperson: Sofern das Arbeitsverhältnis mehr als drei Monate gedauert hat oder für mehr als drei Monate eingegangen ist, haben Sie Anspruch auf Lohnfortzahlung für eine beschränkte Zeit. Können Sie Ihre Arbeit im Home-Office erledigen, kann der Arbeitgeber Sie dazu verpflichten.

Zu arbeitsrechtlichen Fragen siehe <https://bit.ly/3akyvLZ>