



CORONAVIRUS

Die Ansteckungen mit dem Coronavirus sind wieder stark gestiegen. Der Bundesrat und der Regierungsrat haben verschiedene Massnahmen ergriffen. Bitte beachten Sie die Vorschriften und verhalten Sie sich entsprechend.

Unser oberstes Ziel ist der Schutz der Gesundheit. Es braucht jede Einzelne und jeden Einzelnen von uns, dass sich die Ausbreitung des Coronavirus verlangsamt.

Testzentrum Teufen

Damit Sie sich als Bewohnerin und Bewohner von Appenzell Ausserrhoden möglichst rasch testen lassen können, wird in Teufen ein weiteres Testzentrum betrieben.

Wie kann ich mich in Teufen testen lassen?

- Das Testzentrum ist vor allem für Personen mit **leichten Symptomen**, die keine ärztliche Untersuchung benötigen.
- Es ist eine Anmeldung bei der **Hotline 071 353 67 97** nötig.
- Die Krankenkassenkarte muss zwingend mitgebracht werden.

Personen mit Symptomen können sich testen lassen, wenn sie

- Probleme mit ihren Atemwegen haben (z. B. Husten, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit),
- ohne andere Ursache Fieber feststellen,
- den Geruchs- oder Geschmackssinn verloren haben,
- feststellen, dass sich der Allgemeinzustand verschlechtert (vor allem bei älteren Menschen).

→ **Das Bundesamt für Gesundheit bietet als Hilfe eine Checkliste:** <https://bag-coronavirus.ch/check/>

Zudem können sich **Personen ohne Symptome** testen lassen, wenn

- sie durch die SwissCovid-App eine Meldung erhalten haben, dass sie mit einer angesteckten Person engen Kontakt hatten,
- für sie ein Test ärztlich angeordnet wurde.

Hotline für Anmeldung beim Testzentrum Teufen

Tel. 071 353 67 97, Montag bis Freitag 8:30 – 12:15 und 13:30 – 17.00 Uhr, Samstag 8:30 – 11:00 Uhr

Spitäler Herisau und Heiden

Es ist weiterhin möglich, sich in den kantonalen Spitälern Herisau und Heiden sowie bei Hausärztinnen und -ärzten testen zu lassen. Dies gilt vor allem für Personen mit starken Symptomen und Personen, die einer Risikogruppe angehören. Bitte melden Sie sich dafür telefonisch bei der Hotline des Spitalverbands Appenzell Ausserrhoden (Tel. 071 353 26 54, täglich 9:00 – 11:30 und 13:30 – 16:30 Uhr) oder bei Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt.

Zusätzliche und aktuelle Informationen finden Sie auch unter www.ar.ch/corona.

Regeln und Öffnungszeiten können ändern.

Bleiben Sie gesund – wir zählen auf Sie.



Sie hatten engen Kontakt (weniger als 1,5 Meter Abstand ohne Maske) mit einer Person, die positiv auf das Coronavirus getestet wurde: Sie müssen in Quarantäne gehen.

Quarantäne bedeutet:

- ➔ Bleiben Sie für 10 Tage zu Hause – ab dem Datum des letzten Kontakts mit der angesteckten Person. Während dieser Zeit könnten Sie selber ansteckend sein.
- ➔ Sie müssen auch dann 10 Tage in Quarantäne bleiben, wenn ein Corona-Test negativ war. Es ist möglich, dass die Krankheit dennoch ausbricht.
- ➔ Vermeiden Sie jeglichen Kontakt mit anderen Personen. Ausgenommen sind Personen, die mit Ihnen zusammenleben und ebenfalls unter Quarantäne stehen.
- ➔ Befolgen Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln: www.bag.admin.ch/so-schuetzen-wir-uns

Sie wurden positiv auf das Coronavirus getestet: Sie müssen in Isolation gehen.

Isolation bedeutet:

- ➔ Bleiben Sie mindestens 10 Tage zu Hause. Warten Sie, bis Sie danach mindestens zwei Tage gesund sind – erst dann dürfen Sie wieder Kontakt mit anderen Personen haben.
- ➔ Vermeiden Sie jegliche Besuche und Kontakte.
- ➔ Richten Sie sich alleine in einem Zimmer bei geschlossenen Türen ein und nehmen Sie dort auch die Mahlzeiten ein (siehe Anweisungen zur Isolation auf www.bag.admin.ch/isolation-und-quarantaene).
- ➔ Halten Sie 1,5 Meter Abstand, wenn Sie Ihr Zimmer verlassen müssen.
- ➔ Teilen Sie mit niemandem Ihre Haushaltsgegenstände, Handtücher oder Bettwäsche.
- ➔ Lassen Sie sich Lebensmittel sowie andere unverzichtbare Produkte (wie Medikamente) durch Familienangehörige, Freunde oder einen Lieferservice vor die Türe liefern.
- ➔ Befolgen Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln: www.bag.admin.ch/so-schuetzen-wir-uns

Wenn Sie das Haus trotz Quarantäne oder Isolation für einen Arztbesuch verlassen müssen:

- ➔ Melden Sie sich vorher bei der Arztpraxis oder Notfallstation an.
- ➔ Tragen Sie eine Maske. Halten Sie einen Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen ein.
- ➔ Meiden Sie den öffentlichen Verkehr. Falls es Ihr Gesundheitszustand zulässt, nutzen Sie das Auto, Velo oder gehen Sie zu Fuss.



Gründlich Hände waschen.



Hände schütteln vermeiden.



Bei Symptomen sofort testen lassen und zu Hause bleiben.



Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.



Abstand halten.



Wenn möglich im Homeoffice arbeiten.



**Veranstaltungen:
Öffentlich max. 50, privat max. 10 Pers.
Ansammlungen im öffentlichen Raum
max. 15 Pers.**



Weniger Menschen treffen.



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



Maskenpflicht, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.