



## 1. Schützen Sie sich und andere!

- Abstandsregelung einhalten
- Wenn Abstandhalten nicht möglich tragen Sie eine Maske
- Hygienemassnahmen einhalten (Hände waschen oder desinfizieren)
- Vermeiden Sie Körperkontakt mit Menschen ausserhalb Ihres Haushaltes bzw. Ihrer engeren Familie
- Meiden Sie Orte mit grösseren Menschenansammlungen an denen Sie sich nicht ausreichend schützen können.
- In der Schweiz gilt in ÖV die Maskenpflicht.

## 2. Bei Symptomen (grippeähnlich, Verlust des Geschmackssinns)

- Kontaktieren Sie telefonisch Ihren Arzt
- Lassen Sie sich testen
- Bleiben Sie zuhause (Isolation) bis Sie symptomfrei sind und der Arzt sie aus der Isolation «entlässt» (→ Arztzeugnis für die gesamte Krankheitsdauer)
- Informieren Sie Ihre vorgesetzte Stelle oder Ihre Betreuung bei Ferienende.

## 3. Rückverfolgung und Quarantäne

- Kümmern Sie sich selbstverantwortlich um eine mögliche Rückverfolgung.
- Nutzen Sie die Swiss Covid-App (Empfehlung)
- Tragen Sie ihre Kontaktangaben auf den Tracing-Listen ein. Dadurch besteht die Chance, dass Sie über eine mögliche Infektion informiert werden können.
- Auf behördliche Anordnung (falls Sie nachweislich Kontakt mit einer infizierten Person hatten) bleiben Sie zuhause in Quarantäne. In Rücksprache mit der Behörde wird die Quarantäne wieder aufgehoben.

## 4. Quarantäne nach Auslandsreisen

- Informieren Sie sich über die Risikolage Ihrer Reiseländer.
- Nach der Rückkehr aus Ländern oder Gebieten mit erhöhtem Ansteckungsrisiko müssen Sie bei der Einreise in die Schweiz 10 Tage in Quarantäne und sich innert 2 Tagen bei Ihrer kantonalen Behörde melden (Bsp. Kt. Luzern: via Onlineformular oder telefonisch)

## 5. Nach den Ferien

- Bleiben Sie zuhause, wenn Sie sich krank fühlen (siehe oben Pkt. 2) oder auf Anordnung in Quarantäne sein müssen (Rückkehr aus Risikoland oder Kontakt mit infizierter Person).
- Wichtig: Informieren Sie die vorgesetzte Stelle oder Ihre Betreuung telefonisch spätestens am Vortag des Wiedereintritts bzw. des Arbeitsbeginns.

**Schöne, erholsame Ferien und bleiben Sie gesund!**