

Coronavirus – Antworten auf häufig gestellte Fragen insbesondere zum lokalen Corona-Geschehen im Kreis Soest (FAQ)

Version: 5. Mai 2022, 15:00 Uhr

Diese FAQ beantwortet sowohl ausgewählte allgemeine Fragen als auch Fragen zum lokalen **Corona-Geschehen im Kreis Soest**.

Bitte beachten Sie unbedingt auch die Hinweise bzw. Verlinkungen auf die Seiten der Bundzentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) sowie des Robert Koch Instituts (RKI) unter www.kreis-soest.de/coronavirus.

Beide Seiten bieten fundierte Antworten auf alle weiteren allgemeinen Fragen zum Thema!

Inhalt

Welche neuen Isolierungs- und Quarantäneregelungen gelten?	2
Quarantäne erläutert – Bei positivem PCR-Test: Quarantäne gilt ohne Anordnung	3
Gibt es noch Verdienstausfallentschädigung für Ungeimpfte bei Quarantäne?	4
Wo kann ich mich aktuell impfen lassen?	5
Warum sind die Impfstoffe sicher? Wo finde ich seriöse Informationen?	5
Wer sollte sich gegen die Grippe impfen lassen?	5
Wo kann ich einen Schnelltest machen? Was muss ich dabei beachten?	5
Wie gehe ich mit einem positiven PoC-Schnelltestergebnis um?	6
Wann ist ein PCR-Test sinnvoll? Wer kann sich testen lassen? Und wo?	6
Krankschreibung per Telefon?	7
Was tue ich bei Erkältungssymptomen?	7
Wann muss ich zum Arzt?	7
In welchen Fällen wende ich mich direkt an das Gesundheitsamt?.....	8
Wo bekomme ich eine Genesenenbescheinigung und ein digitales Impfzertifikat?	8
Was muss ich tun, wenn ich aus dem Ausland in die Bundesrepublik einreise?.....	9
Wo finde ich mehrsprachige und barrierefreie Infos?	11
Was kann ich tun, um mich in der Öffentlichkeit vor Ansteckung zu schützen?	11
Wo gilt im Kreis Soest eine Maskenpflicht?	12
Gibt es noch Einschränkungen im persönlichen Kontakt?	13
Wann und unter welchen Auflagen darf ich meine Angehörigen und Freunde in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen wieder besuchen?	13
Gibt es weiterhin Zugangsbeschränkungen (3G, 2G, 2Gplus)?	14
Ist eine Testung vor Ort möglich?	14
Wie kann ich Andere als Spontanhelfer oder als Nachbarschaftshelfer unterstützen?	14

Welche neuen Isolierungs- und Quarantäneregelungen gelten?

Es gilt die geänderte Corona-Test-und-Quarantäneverordnung des Landes NRW. Bitte informieren Sie sich hier beim Land NRW. Falls anschließend noch Fragen offen sind, wenden Sie sich bitte ausschließlich an unser Corona-Infotelefon mit der Nummer 02921/303060.

<h3>Isolierung für Corona-Infizierte</h3> <p>AB 5.MAI</p> <p>Corona-Infizierte müssen sich weiterhin und auch ohne behördliche Anordnung in Isolierung begeben:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frühestens ab dem fünften Tag ist die Beendigung der Isolierung möglich – Voraussetzung ist ein negatives Testergebnis (Schnelltest einer offiziellen Teststelle oder PCR-Test). • Ohne Freitestung endet die Isolierung wie bisher automatisch nach zehn Tagen. • Positiv getestete Personen müssen – wie bisher – ihre engen Kontaktpersonen der letzten zwei Tage schnellstmöglich informieren.  <p>LAND.NRW </p>	<h3>Isolierung für infizierte Beschäftigte in Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen etc.</h3> <p>AB 5.MAI</p> <p>Für infizierte Beschäftigte in Einrichtungen mit vulnerablen Personen* gelten im Grundsatz die allgemeinen Regelungen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es gilt zudem ein Tätigkeitsverbot. • Für die Wiederaufnahme der Tätigkeit muss der oder die Beschäftigte mindestens 48 Stunden symptomfrei sein. • Die oder der Beschäftigte muss zudem über einen negativen Testnachweis (Schnelltest einer offiziellen Teststelle oder PCR-Test) verfügen.  <p><small>* z.B. Krankenhäuser, Pflegeeinrichtungen oder Einrichtungen der Eingliederungshilfe</small></p> <p>LAND.NRW </p>
---	---

Quarantäne für Kontaktpersonen

AB 5.MAI

Die **Quarantäne-Pflicht** für Haushaltsangehörige und enge Kontaktpersonen von Corona-Infizierten **entfällt**.

Empfehlungen für diese Personen:

- fünf Tage enge **Kontakte vermeiden**
- möglichst im **Homeoffice** arbeiten
- **Selbsttests** durchführen, auf Symptome achten und bis zu fünf Tage lang bei Kontakt zu anderen Personen eine Maske tragen
- Für **immunisierte Beschäftigte in vulnerablen Einrichtungen**, die enge Kontaktpersonen von Infizierten sind, gilt darüber hinaus eine **tägliche Testpflicht** vor Dienstantritt für die Dauer von fünf Tagen.



LAND.NRW 

Grafiken: Land NRW

Quarantäne erläutert – Bei positivem PCR-Test: Quarantäne gilt ohne Anordnung

Mehr Eigeninitiative nötig – Keine Kontaktpersonennachverfolgung

Es ist mehr Eigeninitiative nötig. Auch ohne Bescheid einer Behörde muss man sich bei einem positiven PCR-Test isolieren und seine Kontaktpersonen schnellstmöglich informieren. Beim Freitesten gelten ebenfalls neue Regeln, auch hier läuft nun vieles automatisch nach den Vorgaben der [NRW-Corona-Test-und-Quarantäneverordnung](#).

Wer einen positiven PCR-Test hat, wird künftig in aller Regel keinen Anruf mehr vom Gesundheitsamt bekommen. Das Land setze klar auf die Eigenverantwortung und die aktive Mitarbeit der Bürgerinnen und Bürger.

Eine mündliche oder schriftliche Anordnung der Isolierung ist nach der neuen und seit dem 16. Januar geltenden Verordnung nicht mehr vorgesehen. Diese wurde früher vom zuständigen Ordnungsamt verschickt. Jetzt nicht mehr. Wenn ein PCR-Test positiv ausgefallen ist, wird das Ergebnis zwar nach wie vor dem Gesundheitsamt gemeldet, Betroffene müssen sich aber selbstständig in Absonderung begeben.

Positiv Getestete bekommen vom Kreis-Gesundheitsamt künftig nur noch einen „Amtlichen Hinweis“ per Post zugeschickt, in dem die geltenden Regeln ausführlich erläutert sind.

Eine genaue Darstellung der Quarantäne, Isolation für Infizierte und Kontaktnachverfolgung finden Sie auf den [Kreis Soest-Seiten hier](#).

Alle rechtlichen Regelungen des Landes NRW zur COVID-19-Pandemie finden sich auf den Internetseiten des NRW-Gesundheitsministeriums unter: <https://www.mags.nrw/coronavirus-rechtlicheregelungen-nrw>.

Gibt es noch Verdienstausschädigung für Ungeimpfte bei Quarantäne?

Das Infektionsschutzgesetz (IfSG) gewährt Personen eine finanzielle Entschädigungsleistung, denen von der zuständigen Behörde die Ausübung ihrer beruflichen Tätigkeit ganz oder teilweise untersagt bzw. eine Absonderung angeordnet wurde.

Ausdrücklich sieht das IfSG von der Gewährung einer Entschädigungsleistung ab, wenn das Tätigkeitsverbot oder die Quarantäneanordnung durch Inanspruchnahme einer öffentlich empfohlenen Schutzimpfung oder anderen Maßnahme der spezifischen Prophylaxe hätte vermieden werden können.

In NRW ist entsprechend dem Infektionsschutzgesetz (IfSG) des Bundes zum 18. März 2022 die Verdienstausschädigungen bei Quarantänen für Menschen ohne Covid-19-Impfschutz ausgelaufen. Ausgenommen von dieser Regelung bleiben weiterhin Menschen, die sich aus gesundheitlichen Gründen nicht impfen lassen können. Genesene und Geimpfte, die aufgrund von Impfdurchbrüchen oder Neuerkrankungen in Quarantäne müssen, haben ebenfalls weiterhin einen Anspruch auf eine Verdienstausschädigung.

Quarantäne ist keine Arbeitsunfähigkeit, d.h. der Arbeitgeber kann erwarten, dass derjenige, der als Kontaktperson oder als positiv getestete Person in Quarantäne ist und arbeitsfähig, dass dieser Homeoffice macht, wenn es vom Beruf her möglich ist. Bei symptomatischen Quarantänisten ist eine Krankschreibung möglich.

Entschädigt werden auch ungeimpfte, positiv Getestete, diese sind in diesem Fall den Geimpften gleichgestellt. Sie können sich nur nicht früher frei testen.

Beantragt werden muss diese Leistung beim [LWL](#).

Wo kann ich mich aktuell impfen lassen?

An zahlreichen Orten im Kreisgebiet wird gegen das Corona-Virus geimpft. [Zur Infoseite](#)

Warum sind die Impfstoffe sicher? Wo finde ich seriöse Informationen?

Unsere Amtsärztinnen und Amtsärzte haben einige Links zum Thema Impfen zusammengetragen. Bei Fragen und Zweifeln bitten wir darum, sich vom Hausarzt oder der Hausärztin beraten zu lassen.

Zusammen gegen Corona – [Infoseite](#) der Bundesregierung zum Einstieg

So sicher ist die Corona-Schutzimpfung – Bundesregierung. Zur [Info](#)

Paul Ehrlich Institut - [Informationen](#) zum Zulassungsverfahren und zur Sicherheit im Detail

Wie sicher ist der Impfstoff? [Infoseite](#) der WDR-Wissenschaftsredaktion von „Quarks“

[Information](#) der KVWL rund um das Thema Impfung

Wer sollte sich gegen die Grippe impfen lassen?

Die Grippe ist während der Corona-Pandemie für viele Menschen eine zusätzliche Gefahr. Das Kreisgesundheitsamt, das Robert-Koch-Institut und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung empfehlen deshalb Schwangeren, Menschen mit chronischen Erkrankungen, über 60-Jährigen und medizinischem Personal, sich gegen die Grippe impfen zu lassen. Mehr Infos zum Thema Grippeschutzimpfung stehen auf der Internetseite www.impfen-info.de.

Wo kann ich einen Schnelltest machen? Was muss ich dabei beachten?

Alle wichtigen Kreis Soest Informationen zu PoC-Antigen-Tests, genannt **Coronaschnelltests**, finden Sie auf der Kreis Soest Sonderseite zu Coronaschnelltests www.kreis-soest.de/schnelltests. Sie werden bei Symptombefreiheit durchgeführt. **PoC-Schnelltests** müssen von einem medizinischen Dienstleister

vorgenommen werden, der zur Vornahme eines PoC-Schnelltests befugt ist und einen Testnachweis zu erteilen hat.

Jeder und jede mit einem positiven Schnelltest muss sich sofort in Quarantäne begeben und umgehend eine PCR-Diagnostik, molekularbiologischer Test, durchführen lassen.

Diese Regelung gilt auch für **Coronaselbsttests**. Selbsttests sind jetzt im Handel verfügbar. Ihr Vorteil ist, dass sie von jeder Person verwendet werden können. Sie können dazu beitragen, durch ihre schnelle und breite Anwendbarkeit sonst unerkannte Infektionen zu entdecken. Wichtige Fragen und Antworten rund um die Selbsttests [hier](#).

Empfehlungen des [Robert Koch-Instituts zu Tests](#).

Wie gehe ich mit einem positiven PoC-Schnelltestergebnis um?

Wer ein positives Schnelltest-Ergebnis hat, muss sich bis zum Vorliegen eines negativen PCR-Ergebnisses umgehend in Quarantäne (siehe Quarantäne) begeben.

Teststellenbetreiber, wenn sie nicht selber eine Praxis haben oder nicht selber PCR-Tests durchführen, haben Kooperationspartner, an die die positiv getesteten Personen verwiesen werden. PCR-Tests werden im Rahmen der Öffnungszeiten des jeweiligen Anbieters durchgeführt. Auch niedergelassene Ärzte führen PCR-Tests durch (siehe PCR-Tests).

Wann ist ein PCR-Test sinnvoll? Wer kann sich testen lassen? Und wo?

Mit einem PCR-Test, molekularbiologischer Test, werden Menschen getestet, wenn es einen Anlass dazu gibt, z. B. bei positivem Schnelltest oder bei COVID-19 Symptomen, wie Husten, Riech- und Geschmacksverlust, Abgeschlagenheit, Halskratzen und Fieber, ggf. Durchfall. Hier gilt die strenge Einhaltung der Quarantäneregeln. Diese Tests führen niedergelassene Ärzte durch. Die Tests müssen die Anforderungen des Robert-Koch-Instituts unter www.rki.de/tests erfüllen. **PCR-Tests** müssen von medizinisch-geschultem Personal vorgenommen und von einem anerkannten Labor ausgewertet werden. Bei einem positiven PCR-Testergebnis begeben Sie sich bitte sofort in Quarantäne.

Unter der Telefonnummer **116 117** oder im Internet unter www.116117.de können Sie sich informieren, wo Sie vor Ort einen PCR-Test machen können.

Auf den Seiten des RKI finden sich genauere Inhalte der [nationalen Teststrategie](#).

Nähere Informationen gibt die [CoronaTestQuarantäneverordnung](#) NRW.

Krankschreibung per Telefon?

Eine telefonische Krankschreibung durch den Hausarzt ist möglich. Die Regelung gilt bis zum 31. Mai 2022. Die entsprechenden Krankschreibungen gibt es jeweils für sieben Tage. Die Krankschreibung kann per Telefon einmalig für sieben weitere Tage verlängert werden.

Was tue ich bei Erkältungssymptomen?

Das RKI empfiehlt, bei auftretenden Erkältungssymptomen zunächst 5 - 7 Tage zu Hause zu bleiben und die Symptome zu beobachten. Dieses Vorgehen soll dem eigenen Körper in der Regeneration helfen und Andere davor schützen, das Immunsystem mit Erkältungsviren zu schwächen. Weitere Informationen zur Empfehlung sind auf den Seiten des [RKI](#) zusammengefasst.

Wann muss ich zum Arzt?

Wenn Sie krank sind und sich die Symptome nach zwei bis drei Tagen nicht bessern oder sie eine Krankschreibung benötigen, sollten Sie sich **telefonisch bei Ihrem Hausarzt** melden. Weil die Corona-Zahlen stark ansteigen, bieten viele Arztpraxen außerhalb ihrer eigentlichen Sprechstundenzeiten Corona-Infektsprechstunden an. Sie öffnen beispielsweise mittwochnachmittag oder samstags für mehrere Stunden, um gezielt Corona-Infektionen abzuklären.

Bedenken Sie bitte auch, dass Allergiker ebenfalls bereits unter Symptomen wie laufender Nase und bronchialen Beschwerden leiden.

Melden Sie sich bitte **telefonisch** bei Ihrem Hausarzt bei **akuten Atemwegserkrankungen**, unabhängig davon, wie stark Ihre Symptome sind:

- nach Kontakt zu bestätigtem COVID-19-Fall bis max. 14 Tage vor Erkrankungsbeginn
- bei Tätigkeit in Pflege, Arztpraxis oder Krankenhaus;
- bei Zugehörigkeit zu einer Risikogruppe

Symptome einer COVID-19-Erkrankung können sein: Husten, Riech- und Geschmacksverlust, Abgeschlagenheit, Halskratzen und Fieber. Einige Betroffene leiden auch an Durchfall.

In welchen Fällen wende ich mich direkt an das Gesundheitsamt?

Das Gesundheitsamt ist durch die Corona-Pandemie und seinen gesetzlichen Auftrag hinsichtlich des Infektionsschutzes vollumfänglich ausgelastet. Dadurch sind alle personellen Kräfte gebunden, so dass Dienstleistungen, wie z.B. Belehrungen für Lebensmittelberufe gemäß Infektionsschutzgesetz momentan online angeboten werden. Zudem erlaubt die derzeitige Erlasslage Publikumsverkehr nur eingeschränkt im Kreishaus.

Allgemeine telefonische Auskünfte können derzeit leider nicht erteilt werden, da die Bewältigung der Pandemie alle Kräfte bindet. Bei Fragen rund um das Coronavirus steht Ihnen das Infotelefon des Kreises Soest unter 02921/303060 zur Verfügung. (Mo – Do 8 – 16 Uhr, Fr 8 – 12 Uhr).

Gehen Sie auf **keinen Fall in die Notaufnahmen oder Notfallpraxen**, wenn Sie den Verdacht haben, an COVID-19 erkrankt zu sein. Sie müssen sich unbedingt telefonisch anmelden.

Ihr Hausarzt ist immer der erste Ansprechpartner und wird im Verdachtsfall weitere Schritte für Sie veranlassen. Auch bei ihm müssen Sie sich aber bitte immer erst telefonisch anmelden.

Wo bekomme ich eine Genesenenbescheinigung und ein digitales Impfzertifikat?

Bei den angefragten Nachweisen gilt es, zwischen Genesenennachweis und digitalem Impfzertifikat zu unterscheiden.

Der Kreis Soest stellt ab Montag, 21. Februar, grundsätzlich keine Genesenen-Bescheinigungen mehr aus. Das Gesundheitsamt weist darauf hin, dass bereits der Laborbefund des positiven PCR-Tests, PoC-PCR-Tests oder Tests mittels Nukleinsäurenachweis als Nachweis für eine Infektion gilt. Bei Bedarf können sich Genesene damit in einer Apotheke ein digitales COVID-Zertifikat ausstellen lassen.

Wer sich mit seinem Laborbefund ein digitales Zertifikat abholen möchte, kann das in vielen Apotheken tun, sobald die Quarantäne beendet ist: Unter www.mein-apothekenmanager.de finden Genesene Apotheken, die dieses Zertifikat ausstellen. Dieses kann dann in die Corona-Warn-App und die CovPass-App eingelesen werden. Das Vorgehen ist also das gleiche wie nach einer Corona-Impfung: Auch da wird das digitale COVID-Zertifikat in der Apotheke ausgestellt.

Das **digitale EU-Impfzertifikat** weist eine vollständig durchgeführte Impfung gegen COVID-19 nach. Den dafür nötigen QR-Code gibt es in der Apotheke. Um sich den Code abzuholen, müssen Sie in der Apotheke ein Ausweisdokument mit Lichtbild vorlegen und den Nachweis über die vollständige COVID-19-Impfung.

Nach einer SARS-CoV-2-Infektion Genesene, die eine Impfung erhalten haben, können ebenso ein digitales Impfzertifikat erhalten. Um sich den Code abzuholen, müssen die genesenen Bürgerinnen und Bürger in der Apotheke ein Ausweisdokument mit Lichtbild vorlegen, ebenso wie den positiven PCR-Test und den Nachweis über die einmalige COVID-19-Impfung.

Informationen des Bundesgesundheitsministerium zum digitalen Impfzertifikat finden Sie hier: www.digitaler-impfnachweis-app.de. Antworten auf die wichtigsten Fragen werden in den [FAQ Digitaler Impfnachweis](#) aufgeführt.

Was muss ich tun, wenn ich aus dem Ausland in die Bundesrepublik einreise?

Die Coronavirus-Einreiseverordnung des Bundes sieht folgendes vor:

Anmeldepflicht: Jede Person, die sich innerhalb der letzten 10 Tage zu einem beliebigen Zeitpunkt in einem **Hochrisiko- oder Virusvariantengebiet** aufgehalten hat und nach Deutschland einreist, muss sich vor der Einreise über eine vollständige digitale Einreiseanmeldung über www.einreiseanmeldung.de anmelden. Wenn eine Anmeldung über www.einreiseanmeldung.de nicht möglich ist, muss eine vollständig ausgefüllte Ersatzmitteilung bei der Einreise mitgeführt und diese unverzüglich nach der Einreise per Post an die Adresse **Deutsche Post E-POST Solutions GmbH, 69990 Mannheim oder per E-Mail an die Adresse einreise@kreis-soest.de** übermittelt werden. Weitere Informationen stehen auf der Internetseite des Bundesgesundheitsministeriums.

Quarantänepflicht: Jede Person, ausgenommen Kinder, die das 6. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, die sich zu einem beliebigen Zeitpunkt in den letzten 10 Tagen vor Einreise in einem **Hochrisiko- oder Virusvariantengebiet** aufgehalten hat, muss grundsätzlich eine Einreisequarantäne einhalten. Welche Staaten und Regionen als **Hochrisiko- oder Virusvariantengebiete** gelten, geht tagesaktuell aus dieser Veröffentlichung des Robert Koch-Instituts hervor.

Wer sich in einem sogenannten

- **Virusvariantengebiet** aufgehalten hat, muss sich grundsätzlich **für 14 Tage** in **Quarantäne** begeben. Personen, die aus einem Virusvariantengebiet einreisen, müssen sofort nach Einreise einen PCR Test vornehmen. Außerdem endet die Quarantäne nicht automatisch nach 14 Tagen, sondern erst mit Vorlage eines negativen PCR Testergebnisses, welcher frühestens am 14. Tag der Quarantäne gemacht werden darf. Eine Beendigung der Quarantäne ist nach den nachfolgend aufgeführten Regelungen für ein **Hochrisikogebiet** möglich, wenn das Virusvariantengebiet vor Ablauf der 14 Tage als **Hochrisikogebiet** eingestuft wird. Wird ein Virusvariantengebiet vor Ablauf der 14 Tage nicht mehr als Virusvarianten- und auch nicht als Hochrisikogebiet eingestuft, endet die Quarantäne ab dem Zeitpunkt der aufgehobenen Einstufung automatisch.
- **Hochrisikogebiet** (bisherige Bezeichnung „Hochinzidenzgebiet“) aufgehalten hat muss grundsätzlich **10 Tage in Quarantäne**. Durch die Übermittlung eines Nachweises zu einem vollständigen Impfschutz oder des Nachweises einer Genesung kann die Quarantäne **vorzeitig beendet werden**. Der Quarantäne kann darüber hinaus durch die Übermittlung eines negativen Testergebnisses (ein Test mittels Nukleinsäurenachweis (z. B. PCR) oder ein Antigen Schnelltest) vorzeitig beendet werden, die zugrunde liegende Testung darf allerdings erst **nach Ablauf von 5 Tagen** nach der Einreise erfolgen. Dies bedeutet, dass im letzteren Fall eine mindestens 5-tägige Quarantäne einzuhalten ist. **Bei Kindern unter 6 Jahren** endet die Quarantäne nach Ablauf von 5 Tagen nach der Einreise automatisch, auch wenn kein Testnachweis übersandt wurde. Wird ein Hochrisikogebiet vor Ablauf der 14 Tage nicht mehr als Hochrisiko- und auch nicht als Virusvariantengebiet eingestuft, endet die Quarantäne ab dem Zeitpunkt der aufgehobenen Einstufung automatisch. **Bei Kindern unter 12 Jahren** endet die Quarantäne nach Ablauf von 5 Tagen nach der Einreise automatisch oder mit Übermittlung des Testnachweises vor Ablauf von 5 Tagen. Wird ein Hochrisikogebiet vor Ablauf der 14 Tage nicht mehr als Hochrisiko- und auch nicht als Virusvariantengebiet eingestuft, endet die Quarantäne ab dem Zeitpunkt der aufgehobenen Einstufung automatisch.

Weitere Infos zur Absonderungspflicht und Ausnahmen davon finden Sie auf den Seiten des Gesundheitsministeriums [hier](#).

Nachweispflicht: Jede Person ab 12 Jahren muss grundsätzlich bei der Einreise einen Testnachweis, einen Impfnachweis oder einen Genesenennachweis vorweisen können, auch wenn in den letzten 10 Tagen kein Aufenthalt in einem Hochrisiko- oder Virusvariantengebiet vorlag. Bei der Einreise aus einem **Virusvariantengebiet** muss immer vor der Einreise eine Testung vorgenommen werden, ein Genesenen- oder Impfnachweis ist nicht

ausreichend. Personen, die aus einem Virusvariantengebiet einreisen, müssen sofort nach Einreise einen PCR Test vornehmen. Außerdem endet die Quarantäne nicht automatisch nach 14 Tagen, sondern erst mit Vorlage eines negativen PCR Testergebnisses, welcher frühestens am 14. Tag der Quarantäne gemacht werden darf. Bei der Einreise aus einem Hochrisikogebiet reicht auch der Genesenen- oder Impfnachweis.

Informationen zu anerkannten Tests finden Sie auf den Seiten des Robert Koch-Institutes [hier](#).

Weitere Infos zur Testnachweispflicht und Ausnahmen davon finden Sie auf den Seiten des Bundesgesundheitsministeriums [hier](#).

Vorlage- und Übermittlungspflicht: Bei Einreise aus einem Hochrisiko- oder Virusvariantengebiet müssen alle Nachweise (negative Testergebnisse oder Nachweise über eine Immunisierung durch vollständige Impfung oder Genesung) **unverzüglich und selbstständig** an das Gesundheitsamt übermittelt werden (einreise@kreis-soest.de), wenn sie nicht bereits im digitalen Einreiseportal (www.einreiseanmeldung.de) hochgeladen worden sind. Nur damit kann eine Einreisequarantäne vorzeitig beendet werden.

Für weitere Informationen können Sie das Gesundheitsamt kontaktieren unter Tel. 02921 30-3060 oder einreise@kreis-soest.de.

Nähere Hinweise dazu gibt die Bundesregierung auf ihrer [FAQ](#).

Wo finde ich mehrsprachige und barrierefreie Infos?

Das Kommunale Integrationszentrum und der Behindertenbeauftragte des Kreises Soest haben [mehrsprachige Infoblätter und Links](#) zusammengestellt.

Was kann ich tun, um mich in der Öffentlichkeit vor Ansteckung zu schützen?

Neben der Kontakteinschränkung ist eine [gute Händehygiene](#), das [Einhalten von Husten- und Niesregeln](#) und das **Abstandhalten** (mindestens 1,5 Meter) die wichtigsten und effektivsten Maßnahmen, um sich selbst und andere vor einer Ansteckung mit COVID-19 zu schützen.

Das RKI weist darauf hin, dass außerhalb des medizinischen und pflegerischen Bereiches eine **Händedesinfektion** in Situationen, wo die Hände auch gewaschen werden können, keinen Vorteil in Bezug auf die Inaktivierung von SARS-CoV-2 bietet.

8 einfache Tipps für den Alltag in der Corona-Pandemie!

Hygiene- und Infektionsschutzregeln zur [Coronaschutzverordnung](#) NRW

Wo gilt im Kreis Soest eine Maskenpflicht?

Ja, aber ab 3. April 2022 deutlich eingeschränkt.

Draußen muss keine medizinische Maske oder FFP2-Maske getragen werden.

Dinnen wird das Tragen einer Schutzmaske weiterhin empfohlen.

In folgenden Einrichtungen und bei der Inanspruchnahme und Erbringung folgender Dienstleistungen ist mindestens eine medizinische Maske (sogenannte OP-Maske) zu tragen:

- in Fahrzeugen des öffentlichen Personennah- oder -fernverkehrs einschließlich der entgeltlichen oder geschäftsmäßigen Beförderung von Personen mit Kraftfahrzeugen samt Taxen und Schülerbeförderung sowie innerhalb anderer geschlossener Fahrzeuge (Bahnen, Schiffe, Flugzeuge und so weiter),
- Arztpraxen,
- Krankenhäusern,
- Einrichtungen für ambulantes Operieren,
- Vorsorge- oder Rehabilitationseinrichtungen, in denen eine den Krankenhäusern vergleichbare medizinische Versorgung erfolgt,
- Dialyseeinrichtungen,
- Tageskliniken,
- ambulanten Pflegediensten, die ambulante Intensivpflege in Einrichtungen, Wohngruppen oder sonstigen gemeinschaftlichen Wohnformen erbringen,
- Rettungsdiensten,
- voll- oder teilstationären Einrichtungen zur Betreuung und Unterbringung älterer, behinderter oder pflegebedürftiger Menschen oder vergleichbaren Einrichtungen sowie
- ambulanten Pflegediensten und Unternehmen, die vergleichbare Dienstleistungen anbieten, wobei Angebote zur Unterstützung im Alltag nicht zu den vergleichbaren Angeboten zählen,
- in Obdachlosenunterkünften und
- in Einrichtungen zur gemeinschaftlichen Unterbringung von Asylbewerbern, vollziehbar Ausreisepflichtigen, Flüchtlingen und Spätaussiedlern.

Ausgenommen von der Pflicht sind Kinder bis zum Schuleintrittsalter (6 Jahre) und Personen, die aus gesundheitlichen Gründen keinen Schutz tragen können.

Das Land NRW hat begleitend zur [Coronaschutzverordnung](#) einen [Bußgeldkatalog](#) eingeführt.

Das RKI informiert auf seinen [Seiten](#) ausführlich zu Schutzfunktion und Verwendung.

Grundsätzlich gelten die Regeln zum Tragen eines Mund-Nasenschutzes gemäß der Coronaschutzverordnung des Landes NRW.

Gibt es noch Einschränkungen im persönlichen Kontakt?

Die [Coronaschutzverordnung](#) sieht keine Kontaktbeschränkungen für persönliche Kontakte mehr vor.

Wann und unter welchen Auflagen darf ich meine Angehörigen und Freunde in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen wieder besuchen?

Der Zugang als Besucher zu Krankenhäusern, Alten- und Pflegeheimen, besonderen Wohnformen der Eingliederungshilfe und ähnlichen Einrichtungen, stationären Einrichtungen der Sozialhilfe sowie Sammelunterkünften für Flüchtlinge ist nur immunisierten (geimpft oder genesen) oder getesteten Personen gestattet.

Die Regelung und eventuelle Erweiterungen der Regeln **legen die jeweiligen Krankenhäuser selbst fest**, daher lohnt sich auf jeden **Fall ein Blick auf die Internetseiten** der Häuser.

Der Besuch von **Krankenhäusern** ist mit dieser [Allgemeinverfügung](#) geregelt.

Der Besuch von **Pflegeeinrichtungen** ist mit dieser [Allgemeinverfügung](#) geregelt.

Besuche sind nur unter Berücksichtigung der aktuellen Richtlinien und Empfehlungen des Robert Koch-Instituts (RKI) zu Hygiene und Infektionsschutz zulässig sind. Es sind die Regelungen der [Coronaschutzverordnung](#) und damit beispielsweise auch die Maskenpflicht zu beachten.

Gibt es weiterhin Zugangsbeschränkungen (3G, 2G, 2Gplus)?

Nein, das bundesweit geltende Infektionsschutzgesetz sieht keine Zugangsbeschränkungen mehr vor. Folglich sind auch in Nordrhein-Westfalen die bisher geltenden 3G-, 2G- und 2Gplus-Regelungen zum 3. April 2022 aufgehoben worden.

Allerdings dürfen bestimmte Einrichtungen grundsätzlich nur noch mit einem aktuellen negativen Testnachweis betreten werden. Diese Vorschrift gilt zum Beispiel für Krankenhäuser, Pflegeeinrichtungen und ambulante Pflegedienste, siehe auch unter "Gibt es eine Testpflicht?"

Ist eine Testung vor Ort möglich?

An Orten, an denen ein Test für den Zutritt nötig ist (also bei 3G und bei 2G+), kann statt der Vorlage eines Testnachweises einer offiziellen Teststelle auch vor Ort beim Zutritt ein beaufsichtigter Selbsttest durchgeführt werden, so etwa beim Zutritt eines Fitnessstudios unter der Aufsicht des Empfangspersonals oder bei der Sportausübung unter der Aufsicht des Trainers/Übungsleiters. Dieser beaufsichtigte Selbsttest berechtigt ausschließlich zum Zutritt zum konkreten Angebot. Es kann von der Aufsichtsperson kein Testnachweis ausgestellt werden, mit dem auch andere Einrichtungen besucht werden könnten. Das können weiterhin nur die offiziellen Teststellen. Ob und in welcher Form eine Testung vor Ort angeboten wird, entscheidet der jeweilige Betreiber der Einrichtung.

Wie kann ich Andere als Spontanhelfer oder als Nachbarschaftshelfer unterstützen?

Viele Menschen melden sich bei der Kreisverwaltung und möchten jetzt anderen mit Einkäufen, Gassi gehen oder als Spontanhelfer mit besonderen beruflichen Qualifikationen (Pfleger, medizinisches Personal ...) helfen. Die Kreisverwaltung nimmt Anfragen über zwei Formulare auf www.kreis-soest.de/ichwillhelfen entgegen und leitet die Hilfe dann weiter.

Wo kann ich mich melden, wenn ich einsam bin oder Sorgen habe?

Hilfetelefone und Onlineberatung - beispielhaft genannt sind:

- Die Nummern der Telefonseelsorge, sie ist für das ganze Kreisgebiet gültig, lautet: 0800/111 0 - 111/-222 (24h). Über die Internetseiten gelangt man zur Chat- und Mailberatung: <https://telefonseelsorge-hamm.de> oder <https://telefonseelsorge-paderborn.de>. Für

das westliche Kreisgebiet ist die Telefonseelsorge Hamm und das östliche Kreisgebiet die Telefonseelsorge Paderborn zuständig.

- "1-mal am Tag" vereint gegen Einsamkeit - Kreis und Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz machen mobil gegen Alleinsein in der Corona-Zeit; Sonja Steinbock (Telefon 0172/5142422) und Mathilde Tepper (Telefon 0179/2381185) vom Regionalbüro Münster stehen täglich von 8 bis 18 Uhr zur Unterstützung zur Verfügung
- Silbernetz e. V., Berlin: Über 60 und niemand da zum Reden? – 08004708090, tägl. von 8 bis 22 Uhr; www.silbernetz.org
- Elterntelefon: 0800 111 0550, montags bis freitags, 9 bis 11 Uhr, dienstags und donnerstags, 17 bis 19 Uhr, beraten auch Schwangere und Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren bei Bedarf zu Frühen Hilfen
- Nummer gegen Kummer: 0800 111 0333, zusätzlich erreichbar unter der Telefonnummer: 116 111, montags - samstags von 14 - 20 Uhr;
Onlineberatung: <https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html>
- Gewalt gegen Frauen: 08000-116 016, <https://www.hilfetelefon.de/> (24 Std jeden Tag);
Onlineberatung: <https://www.hilfetelefon.de/das-hilfetelefon/beratung/online-beratung.html>
- Hotline Alleinerziehende NRW: 0201/82774799
- www.jugendnotmail.de (030) 804 966 93 für Kinder und Jugendliche von 10 bis 19 Jahren
- www.jmd4you.de Beratung von jungen Menschen mit Migrationshintergrund
- bke-jugendberatung.de für Jugendliche im Alter von 14 bis 21 Jahren; Mailberatung, Einzel- und Gruppenchat; Registrierung 8 bis 22 Uhr, Zugang danach jederzeit
- bke-elternberatung.de für Eltern von Kindern bis zum 21. Lebensjahr; Mails werden werktags innerhalb von 48 Stunden beantwortet
- Muslimisches Sorgentelefon: 030/44 35 09 821
- Hotline des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (BDP) 0800 777 22 44, täglich von 8 bis 20 Uhr, für durch Corona (soziale Isolation etc) psychisch belastete Menschen
- Internetberatung www.gewaltlos.de für von Gewalt betroffene Frauen u Mädchen (24 Std.)
- Hilfetelefon "Schwangere in Not" des Bundesfamilienministeriums 0800 40 40 020 (24 Std.); Onlineberatung: <https://schwanger-und-viele-fragen.de>
- www.Sofahopper.de für obdachlose Jungen und Mädchen bis 27 Jahre; Onlineberatung Montag bis Freitag zwischen 10 Uhr und 20 Uhr
- www.bmfsfj.de Infos zu finanziellen Unterstützungsangeboten, Kinderbetreuung und Hilfsangeboten in Krisensituationen
- Online-Beratung der Caritas <https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/onlineberatung> für Eltern und Familien, Kinder und Jugendliche, Schwangerschaft, U 25 Suizidprävention
- Diakonie Ruhr-Hellweg Lebensberatung <https://www.diakonie-ruhr-hellweg.de/angebote/beratung-begleitung/paar-und-lebensberatung/>
- Online-Beratung der Diakonie <https://hilfe.diakonie.de> für Familien und Schwangere
- Schreieambulanzen / Anlaufstellen Frühe Hilfen: www.elternsein.info
- Wege aus der Einsamkeit e.V., Telefon: 040 422 36 223 200,
Email: hirche@wegeausdereinsamkeit.de, www.wegeausdereinsamkeit.de

