



COVID-19: Infurmaziuns impurtantas davart il nov coronavirus e davart las reglas d'igièna e da cumportament

Nov coronavirus

Actualisà ils 29-10-2020

USCHIA ANS PROTEGIN NUS.



STOP CORONA



Scuntrar damain persunas.



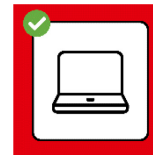
Tegnair distanزا



Obligaziun da purtar ina mascrina, sch'i n'è betg pussaivel da tegnair distanزا.



Obligaziun da purtar ina mascrina en spazis interius ed exterius ch'èn accessibels a la publicità sco er en il traffic public.



Sche pussaivel lavurar a chasa.



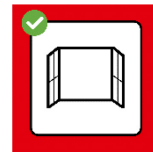
Lavar bain ils mauns.



Tusser e starnidar en in fazièlet u en la foppa dal cumbel.



Evitar da dar il maun.



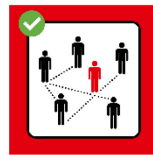
Avrir pliras giadas il di las fanestras e dar aria.



Occurrenzas: publicas max. 50 pers. privatas max. 10 pers. Fullas en il spazi public max. 15 pers.



Sa laschar testar immediatamain e restar a chasa en cas da sintoms.



Adina inditgar las datas da contact cumpletas per la retrofastisaziun



Per franar las chadainas da transmissiun: chargiar giu ed activar l'app SwissCovid.



Sch'il test è positiv: isolaziun. En cas da contact cun ina persuna cun in test positiv: quarantina.



S'annunziar per telefon avant che ir tar il medi u a la staziun d'urgenza.

www.foph-coronavirus.ch

Las dumondas e las respostas las pli frequentas davart il nov coronavirus

La fin da l'onn 2019 è cumparida ina nova malsogna fitg infectusa. Ella vegn numnada «COVID -19». Chaschunada vegn la malsogna dal nov coronavirus ch'è sa derasà en curt temp sin l'entir mund. En quest fegl infurmativ da l'Uffizi federal da sanadad publica UFSP retschavais Vus respostas sin las dumondas las pli frequentas davart il nov coronavirus.

Ina infecziun cun il nov coronavirus po avair consequenzas gravantas. Intginas personas moran da la malsogna. Perquai èsi impurtant che tuttas e tuts sa protegian cunter il nov coronavirus.

L'atgna responsabladad resta impurtanta: Cunter ina infecziun As protegis Vus il meglier, sche Vus observais las reglas d'igièna e da cumportament ch'èn preschentadas sin il frontispizi da quest document e sin ils placats da l'Uffizi federal da sanadad publica. Tar questas reglas tutgan: lavar ils mauns regularmain cun savun e tegnair distanza.

Obligaziuns e scumonds impurtants dapi ils 29 d'october 2020:

- Obligaziun da purtar ina mascrina en centers da citads e da vitgs cun blera glied, sin areals a l'intern ed a l'extern d'instituziuns e da manaschis accessibels a la publicitad
- Obligaziun da purtar ina mascrina en ils spazis dal traffic public en tut la Svizra: en ils meds da traffic public, en ils aviuns, a las staziuns, a las fermadas ed als eroports
- Obligaziun da purtar ina mascrina per tuts en scolas medias ed en scolas professiunalas
- Obligaziun da purtar ina mascrina al lieu da lavur. Excepziun: a l'atgna plazza da lavur, sche la distanza recumandada po vegnir resguardada
- Introducziun da l'instrucziun a distanza a las universitads ed a las scolas autas
- Scumond d'occurrènzas publicas cun pli che 50 personas e d'occurrènzas privatas cun pli che 10 personas
- Gruppaziuns spontanias da pli che 15 personas èn scumandadas
- En ustarias max. 4 personas per maisa (excepziun: geniturs cun lur uffants)
- Ura da polizia da las 23.00 fin las 06.00 en ustarias ed en bars
- Obligaziun da seser en ustarias ed en bars: ils giasts dastgan consumar bavrondas e spaisas mo, sch'els sesan
- Il manaschi da clubs, da discotecas e da locals da saut è scumandà
- Sport da temp liber: Scumond d'activitads cun pli che 15 personas, scumond da sport da contact, en locals interiurs: purtar ina mascrina e tegnair distanza, en il spazi exteriur: purtar ina mascrina u tegnair distanza; uffants en la scola obligatorica dastgan vinavant far sport senza restricziuns
- Cultura (musica, teater, saut e.u.v.): Domena d'amateurs: activitads cun fin a 15 personas èn permessas, sche l'obligaziun da purtar ina mascrina e las reglas da distanza vegnan resguardadas. Domena professiunala: emprovas e preschentaziuns èn permessas
- Preschentaziuns da chors èn scumandadas, emprovas èn permessas mo per chors professiunals
- Sche pussaivel lavurar a chasa
- Obligaziun da quarantina per personas che entran en Svizra

Remartga: En tscherts chantuns valan reglas pli severas.

Infecziun e ristgas

Pertge èn questas reglas d'igièna e da cumportament uschè impurtantas?

Il nov coronavirus è in nov virus, cunter il qual l'uman n'ha anc **nagina defensiun immunitara. I po dar bleras infecziuns e malsognas.** Perquai stuain nus franar uschè bain sco pussaivel la derasaziun dal nov coronavirus. Spezialmain personas cun ina pli gronda ristga da vegnir grevmain malsaunas ston vegnir protegidas.

Persunas spezialmain periclitadas èn:

- personas attempadas (la ristga per in decurs da la malsogna gravant en cas d'ina infecziun cun il nov coronavirus s'augmenta cun la vegliadetgna. Malsognas preexistentas augmentan supplementarmain la ristga.)

- dunnas en speranza
- personas creschidas cun las suandantas malsognas preexistentas:
 - **pressiun dal sang auta**
 - **malsognas dal cor e da la circulaziun**
 - **diabetes**
 - **malsognas cronicas da la via respiratorica**
 - **cancer**
 - **malsognas e terapias che flaiventan il sistem d'immunitad**
 - **ferma surpaisa (corpulenza, BMI da 40 e dapli)**

En cas che Vos essas malsegira u malsegir, sche Vos tutgais tar las personas spezialmain periclitadas, As drizzai per plaschair a Vossa media u a Voss medi.

Sche nus tuts observain las reglas d'igièna e da cumportament, pudain nus proteger meglier er questas personas. Tras quai pon personas cun grevas malsognas vegnir tractadas vinavant bain en las instituziuns da sanadad. En las staziuns intensivivas è il dumber da stanzas da tractament e d'apparats da respiraziun numnadain limità.

Avais Vos sur 65 onns, ina u pliras da las malsognas preexistentas numnadas qua survart u essas Vos en speranza? Uschia pudais Vos As proteger:

Cunter ina infecziun As protegis Vos il meglier, sche Vos resguardais vinavant las reglas d'igièna e da cumportament. I valan las suandantas recumandaziuns:

- Lavai bain e regularmain ils mauns cun savun.
- Tegnai distanza d'autras personas (almain 1,5 meters).
- Observai l'obligaziun da purtar ina mascrina en il traffic public.
- Observai las reglas d'igièna e da cumportament er, sche Vos inscuntrais Voss amis u Vossa famiglia. Per exempel cun duvrar differenta pusada per As servir cun las spaisas e differents magiels per baiver etc.
- Evitai ils temps da grond traffic en lieus cun blera glied (per exempel ils temps da pendularis en il traffic public u a la staziun, ir a far cumpras la sonda). Sche Vos As trategnais tuttina en lieus cun blera glied e na pudais betg tegnair la distanza necessaria, As recumandain nus da purtar ina mascrina d'igièna.

Avais Vos in u plirs sintoms sco tuss (per il solit tuss setga), mal la gula, respiraziun asmatica, mal il pèz, fevra u perdita andetga da l'odurat e dal palat? **Alura contactai immediatamain Vossa media/Voss medi u in ospital. Er la fin d'emna.** Descrivai Voss sintoms e schai che Vos tutgais tar las personas spezialmain periclitadas.

Vos essas en speranza ed uschia eventualmain spezialmain periclitada d'As infectar cun Covid-19. Tge stuais Vos resguardar?

Sche Vos essas en speranza, duessas Vos As proteger uschè bain sco pussaivel cunter ina infecziun cun il nov coronavirus. Perquai As cussegliaim nus da resguardar nossas recumandaziuns per personas spezialmain periclitadas (guardar resposta precedentia).

A la piazza da lavur è Voss patrun obligà – tenor l'Ordinaziun davart la protecziun da la maternità – d'As proteger sco dunna en speranza uschè bain sco pussaivel cunter ina infecziun cun il nov coronavirus. Sche quai n'è betg pussaivel, sto Voss patrun As porscher alternativas. Sch'i n'è betg pussaivel da cuntinuar da lavurar, po Vossa media u Voss medi da dunnas emetter per Vos in scumond da lavurar.

Sche Vos essas en speranza, pudess ina infecziun cun il nov coronavirus chaschunar – tenor las novas enconuschientschas – in decurs da la malsogna gravant, en spezial er sche Vos avais per exempel surpaisa, tschertas malsognas u gia ina tscherta vegliadetgna. Actualmain è però bleras dumondas en connex cun la gravidanza e Covid-19 avertas. La mamma e l'uffant duain dentant per precauziun vegnir protegids en moda particulara.

Sche Vos avais sintoms, contactai immediatamain Vossa media u Voss medi da dunnas per discurren davart ils pass necessaris.

Co vegn transmess il nov coronavirus?

Il virus vegn transmess il pli savens en cas d'in contact stretg e pli lung: Sch'ins tegna damain che 1,5 meters distanza d'ina persuna infectada senza protecziun (protecziun: p.ex. omaduas persunas portan ina mascrina). Pli lung e pli stretg che quest contact è, e pli probabla ch'ina infecziun è.

Il nov coronavirus po vegnir transmess suandantamain:

- Tras **guttins ed erosols**: sche la persuna infectada respira, discorra, **starnida u tussa**, pon ils guttins che cuntengan virus cuntanscher directamain la pel mucosa dal nas, da la bocca u dals eglis d'autras persunas che sa trategnan fitg damanaivel (<1,5m).
- Ina transmissiun tras guttins fitg fins (erosols) ch'è pussaivla a distanzas pli lungas na capita betg savens. Quest tip da transmissiun pudess giugar ina rolla oravant tut tar activitads, nua ch'ins sto respirar pli profund. Quai è il cas cunzunt tar lavur fisica, tar sport, cur ch'ins discorra u chanta ad auta vusch. Il medem vala, sch'ins sa trategna per lung temp en stanzas che na vegnan betg ariadas bain u che na vegnan insumma betg ariadas, oravant tut sche las stanzas èn pitschnas. Sur surfatschas e sur **ils mauns**: Sche persunas infectadas tussan e starnidan, cuntanschan guttins infectus lur mauns u surfatschas che sa chattan damanaivel. In'otra persuna pudess s'infectar, sch'ella recepescha quests guttins sin ses mauns e tutga en silsunter sia bocca, ses nas u ses eglis.

Cura è ina persuna infectusa?

Resguardai: Tgi ch'è s'infectà cun il nov coronavirus è infectus durant in lung temp. Numnadamain:

- gia **dur dis avant** ch'ils sintoms cumenzan – pia avant ch'ins percorscha ch'ins è infectà,
- **durant ch'ins ha sintoms èn ins spezialmain infectus**,
- **fin almain 48 uras suenter** ch'ins sa senta puspè dal tutfatg saun. Tegnai perquai vinavant distanza e lavai regularmain ils mauns cun savun.

Sintoms, diagnosa e tractament

Tge sintoms sa mussan tar ina infecziun cun il nov coronavirus?

Ils suandants sintoms cumparan savens:

- tuss (per il solit tuss setga)
- mal la gula
- respiraziun asmatica
- mal il pèz
- fevra
- perdita andetga da l'odurat e dal palat

Ultra da quai èn pussaivels ils suandants sintoms:

- mal il chau
- deblezza e malesser
- sintoms dal tract digestiv (indispostadad, vomitar, diarrea, mal il venter)
- dafraid
- mal ils muscels
- eczems

Ils sintoms èn da differenta grevezza e pon er esser levs. Pussaivlas èn er cumplaziuns sco per exempel ina pneumonia.

Sche Vus avais in u plirs dals sintoms frequents, essas Vus eventualmain infectada resp. infectà cun il nov coronavirus.

En quest cas:

- **Restai a chasa ed evitai mintga contact cun autras persunas.**
- **Faschai il check coronavirus ([check.bag-coronavirus.ch](https://www.bag.admin.ch/ueber-uns/08637/08637.html)) u telefonai a Vossa media u a Voss medi. Respundai il meglier pussaivel tut las dumondas en il check online u al telefon. A la fin survegnis Vus ina recomandaziun da cumportament ed eventualmain la directiva da far il test.**
- **Legiai las instrucziuns davart «l'isolaziun» (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads) e las resguardai consequentamain.**

Sche Vus avais sur 65 onns, ina malsogna preexistenta u sche Vus essas en speranza, vala: Contactai en cas d'in u da plirs dals sintoms frequents immediatamain ina media u in medi. Er la fin d'emna.

Essas Vus malsegira resp. malsegir, co che Vus duais As cumportar?

Cun il check coronavirus sin [check.bag-coronavirus.ch](https://www.check.bag-coronavirus.ch) retschavais Vus – suenter che Vus avais respundi intginas paucas dumondas – ina recumandaziun da cumportament da l'Uffizi da sanadad publica (en tudestg, franzos, talian ed englais).

Sin la pagina d'internet dal chantun Vad chattais Vus sut [coronavirus.unisante.ch/evaluation](https://www.coronavirus.unisante.ch/evaluation) in check coronavirus en 8 ulteriuras linguas.

Il check coronavirus na remplazza betg ina cussegliaziun, ina diagnosa u in tractament professional medicinal. Ils sintoms descrits en il check coronavirus pon er sa mussar en connex cun autras malsognas che basegnan in auter proceder.

Contactai adina ina media u in medi, en cas da grevs sintoms che sa pegiureschan u che As fan quitads.

Mes uffant sut 12 onns ha sintoms. Co stuain nus ans cumportar? Dastga el ir a scola u en la canorta?

Tenor las enconuschientschas actualas pon uffants medemamain s'infectar cun il nov coronavirus. En cumparegliaziun cun giuvenils e cun personas creschidas han uffants sut 12 onns però main savens sintoms e transmettan pli darar il virus ad autras personas.

Situaziun 1: L'uffant e la persona da stretg contact han sintoms

Voss uffant ha sintoms che stattan en connex cun in'eventuala infecziun cun il coronavirus ed ha già stretg contact cun ina persona che ha medemamain sintoms d'ina infecziun (persona sur 12 onns). En quest cas dependa l'ulteriur proceder dal resultat dal test da la persona da stretg contact:

- **Sch'il resultat dal test da la persona da stretg contact è positiv:** Voss uffant sto restar a chasa e vegn testà tenor cunvegnientscha cun la media d'uffants/cun il medi d'uffants. Infurmaziuns davart l'ulteriur proceder retschavais Vus da la media d'uffants/dal medi d'uffants.
- **Sch'il resultat dal test da la persona da stretg contact è negativ:** Voss uffant dastga pir puspè ir a scola u en la canorta, suenter ch'el n'ha già pli nagina fevra durant 24 uras u suenter che la tuss è sa meglierada considerablmain.

Situaziun 2: Uffant cun sintoms, senza contact cun ina persona malsauna

Voss uffant ha sintoms che stattan en connex cun in'eventuala infecziun cun il nov coronavirus, n'ha però già nagin stretg contact cun ina persona cun sintoms d'ina infecziun (persona sur 12 onns). En quest cas dependa l'ulteriur proceder dals sintoms e dal stadi da sanadad da l'uffant:

- **Voss uffant ha levs sintoms da dafraid** (strucca e/u mal la gula e/u leva tuss) ed in bun **stadi da sanadad general:** Voss uffant dastga ir vinavant a scola u en la canorta.
- **Voss uffant ha fevra, ma in bun stadi da sanadad general:** Voss uffant sto restar a chasa. El dastga pir puspè ir a scola u en la canorta, suenter ch'el n'ha già pli nagina fevra durant 24 uras. Contactai la media d'uffants/il medi d'uffants, en cas che la fevra da Voss uffant dura pli ditg che trais dis.
En cas che Voss uffant survegn ulteriurs sintoms (disturbis dal tract digestiv, mal il chau, mal las giugadiras, perdita dal palat e/u da l'odurat), discutai cun la media d'uffants/cun il medi d'uffants davart l'ulteriur proceder.
- **Voss uffant ha greva tuss, ma in bun stadi da sanadad general:** Voss uffant sto restar a chasa. El dastga pir puspè ir a scola u en la canorta, sche la tuss è sa meglierada considerablmain entaifer trais dis. Contactai la media d'uffants/il medi d'uffants, en cas che la greva tuss da Voss uffant dura pli ditg che trais dis.
En cas che Voss uffant survegn ulteriurs sintoms (disturbis dal tract digestiv, mal il chau, mal las giugadiras, perdita dal palat e/u da l'odurat), discutai cun la media d'uffants/cun il medi d'uffants davart l'ulteriur proceder.
- **Voss uffant ha fevra u greva tuss e/u in nausch stadi da sanadad general:** Contactai directamain la media d'uffants/il medi d'uffants per discutir davart il proceder.

Co vegn tractada ina infecziun cun il nov coronavirus?

Il tractament sa limitescha a la mitigaziun dals sintoms. Per proteger autras persunas vegnan isoladas las persunas malsaunas. En cas d'ina greva malsogna dovri in tractament en la staziun intensiva d'in ospital. Eventualmain dovri ina respiraziun artificziala.

Avais Vus mal, il sentiment d'esser malsauna resp. malsaun u sintoms che na stattan betg en connex cun il coronavirus?

Malesser, malsognas e sintoms che n'han da far nagut cun il coronavirus ston vinavant vegnir prendids serius e vegnir tractads. As laschai gidar e na spetgai betg memia ditg: Contactai ina media u in medi.

Cura stoss jau ma laschar testar sin il nov coronavirus?

As sentis Vus malsauna resp. malsaun u avais Vus sintoms dal nov coronavirus? Restai a chasa, faschai il [check coronavirus](#) ([check.bag-coronavirus.ch](#)) u contactai Vossa media u Voss medi. Respundi tut las dumondas en il check online u al telefon uschè bain sco pussaivel. A la fin retschavais Vus ina recomandaziun da cumportament ed eventualmain l'ordinaziun d'As laschar testar. Restai a chasa fin ch'il resultat dal test è avant maun.

Nua ma poss jau laschar testar?

Ils tests vegnan fatgs da medias e medis, d'ospitals u da centers da testar. Vus pudais far il [check coronavirus](#) ([check.bag-coronavirus.ch](#)). Sch'il test As recumonda d'As laschar testar, retschavais Vus instrucziuns, co che Vus stuais proceder.

La pagina d'internet [www.ch.ch/de/coronavirus](#) (en tudestg) renviescha a las paginas d'internet chantunalas, nua che Vus chattais infurmaziuns en connex cun il nov coronavirus sco er adressas da contact.

En tge cas surpiglia la Confederaziun ils custs per in test da PCR?

Dapi ils 25 da zercladur 2020 surpiglia la Confederaziun ils custs per in test (test da PCR molecularbiologic), sch'ils criteris dal UFSP vegnan ademplids. Quai è per exempel il cas, sche Vus avais sintoms che stattan en connex cun COVID-19 e sche Vossa media u Voss medi ordinescha il test sin ina infecziun cun il nov coronavirus. In'annunzia da l'app SwissCovid davart il contact cun ina persona infectada vala medemamain sco criteri.

Sch'ils criteris per in test dal UFSP na vegnan betg ademplids, na surpiglia la Confederaziun nagins custs per in test. Quai po esser il cas, sche Vus duvrais per exempel il resultat d'in test per in viadi u sch'il test vegn fatg unicamain sin giavisch da Voss patrun.

Reuniuns, occurrenzas ed activitads da temp liber

Tge reuniuns èn scumandadas?

En il spazi public èn scumandadas gruppaziuns spontanias da pli che 15 persunas. Sco spazi public valan per exempel plazzas publicas, vias da spassegiar e parcs.

Tge reglas valan per occurrenzas publicas e privatas?

Ad occurrenzas privatas en il circol d'amis e da la famiglia (che na vegnan betg organisadas en lieus accessibels a la publicitad, p.ex. a chasa) dastgan participar **maximalmain 10 persunas**. Occurrenzas privatas duessas Vus, sche pussaivel, evitar.

Igl è scumandà d'organisar occurrenzas cun **pli che 50 participantas e participants**. Quai pertutga tut las occurrenzas sportivas e culturalas sco er auters tips d'occurrenzas, cun excepziun da radunanzas parlamentaras e communalas. Vinavant restan pussaivlas er demonstraziuns politicas e rimnadas da sutscriziuns per referendums ed iniziativas – sco fin qua cun las disposiziuns da protecciun necessarias.

Tge reglas valan per las activitads da temp liber sportivas e culturalas?

Activitads da temp liber sportivas e culturalas èn permessas en spazis interiurs cun fin a 15 persunas, sch'i po vegnir tegnì avunda distanza e sch'i vegnan purtadas mascherinas. Ina mascherina n'è betg necessaria, sch'i dat avunda plazza, sco per exempel en hallas da tennis u salas grondas. En il liber

sto vegnir resguardada mo la distanza. Sport da contact è scumandà. Exceptads da las reglas èn uffants sut 16 onns.

En la domena professiunala da sport e da cultura èn trenaments e concurrenzas sco er emprovas e preschentaziuns permissas. Perquai ch'i vegnan secretads spezialmain blers guttins cun chantar, èn las occurrenzas da chors d'amateurs scumandadas. Las emprovas da chors professionals èn permissas.

Tge reglas valan per bars e per ustarias?

- maximalmain 4 personas per maisa (exceptiun: geniturs cun lur uffants)
- ura da polizia da las 23.00 fin las 06.00
- ils giasts dastgan consumar bavrondas e spaisas mo, sch'els sesan

Tge reglas valan per discotecas e per locals da saut?

Il manaschi da discotecas e da locals da saut sco er occurrenzas da saut èn scumandads.

Homeoffice

Lavurai, sche pussaivel, a chasa. Uschia sa reduceschan ils contacts e pia la derasaziun dal virus.

Per lavurantas e lavurants che na pon betg lavurar da chasa anora, vala la Lescha da lavur: Il patron è obligà da prender mesiras commensuradas per proteger la sanadad da las lavurantas e dals lavurants.

Ulteriuras infurmaziuns

Nua chat jau ulteriuras infurmaziuns en mia lingua materna?

Sin la plattafurma d'internet migesplus.ch chattais Vos ulteriuras infurmaziuns fidaivlas davart Covid-19 ed er davart auters temas da sanadad: <https://www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19>

Chattar agid.

Tge poss jau far, sche mia lingua na vegn ni discurrenda ni chapida en l'ospital?

Dumandai l'emprim per ina interpreta u in interpret. I dat er servetschs d'interprets per telefon. Sch'i vegnan engaschads interpretas u interprets professionals, na ston Voss confamigliars betg vegnir cun Vos. Uschia vegnan els protegids cunter ina infecziun. Vos avais il dretg da chapir e da vegnir chapida resp. chapì en cas d'intervenziuns medicinalas.

Stuais Vos restar a chasa e duvrais Vos victualias u medicaments?

U vulais Vos gidar insatgi?

Guardai en Vossa vischinanza:

- Pudessas Vos dumandar insatgi per agid?
- U pudess insatgi duvrar Voss agid?

Ulteriuras pussaivladads:

- As drizzai a Vossa administraziun communal u municipala
- faschai diever da l'app «Five up»
- guardai sin www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

Qua vala vinavant: Las reglas d'igièna e da cumportament ston vegnir resguardadas da tut temp.

Faschais Vos quitads u duvrais Vos insatgi per discurren?

Qua chattais Vos las infurmaziuns correspondentas:

- en l'internet sin www.dureschnufe.ch / www.santepsy.ch / www.salutepsi.ch
- cussegliaziun telefonica sut il numer da telefon 143 (il Maun offert)

As sentis Vos en privel a chasa, tshertgais Vos agid u protecziun?

- Numers da telefon ed adressas dad e-mail per cussegliaziuns anonimas e per protecziun en tut la Svizra chattais Vos sin www.opferhilfe-schweiz.ch / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch.

- Clamai en **cas d'urgenza** la polizia sut il numer da telefon **117**.

Ulteriurs numers da telefon impurtants:

- **L'alarm sanitar** (ambulanza) **144**: Quest servetsch stat a disposiziun da tuttas uras per tut ils cas d'urgenza medicinals en tut la Svizra.
- La **infoline** davart il nov coronavirus: Sut il numer **058 463 00 00** vegni respundi dumondas davart il nov coronavirus.
- **Sche Vus n'avais nagina media da chasa resp. nagin medi da chasa: Medgate** As stat a disposiziun sut il numer **0844 844 911** mintga di ed er la notg.



Mascrinas

e la bucca.

En Svizra vala en blers lieus l'obligaziun da purtar ina maschina. En general vala: Purtai ina maschina, sche Vus n'essas betg a chasa e sche Vus na pudais betg cuntinuadamain tegnair distanza d'autras personas. La maschina duai adina cuvrir il nas

Purtar ina maschina en la publicitad serva en emprima lingia a proteger autras personas. Ina persona infectada po esser infectusa gia dus dis avant ch'ils emprims sintoms cumparan, senza ch'ella saja conscienta da quai. Sche damai tuttas e tuts portan ina maschina, en cas da stretg contact, vegn mintga persona protegida da las autras. Cun purtar ina maschina na po betg vegnir garantida ina protecziun da tschient pertschient, però la derasaziun dal nov coronavirus vegn uschia franada.

Nua vala l'obligaziun da purtar ina maschina?

- **Obligaziun da purtar ina maschina en il traffic public ed en l'aviun:** En il suandants meds dal traffic public e sin ils suandants areals dal traffic public sto vegnir purtada ina maschina:
 - tren, tram, bus
 - pendicularas e funicularas
 - bastiment
 - aviun
 - als perruns, a las fermadas dal tram e dal bus, er sche quests areals sa chattan al liber
 - a las staziuns, en ils eroports e sin auters areals d'access dal traffic public, er sche quests areals sa chattan al liber
- **Obligaziun da purtar ina maschina sin areals ch'èn accessibels a la publicitad en tut la Svizra:** Sin tut ils areals da manaschis e da stabiliments ch'èn accessibels a la publicitad sto vegnir purtada ina maschina. Quai vala tant per spazis a l'interiur sco er per spazis a l'exteriur. Latiers tutgan per exempel:
 - negoziis, butias, centers da cumpra, bancas, uffizis postals
 - museums, bibliotecas, kinos, teaters, locals da concert
 - ierts botanics e parcs zoologics
 - ustarias, bars, salas da gieus ed hotels (cun excepziun da las chombras da giasts)
 - stanzas d'entrada e gardarobas da bogns, d'implants da sport e da centers da fitness
 - instituziuns da sanadad, praticas da medis ed areals d'ospitals e da chasas da tgira ch'èn accessibels a la publicitad
 - baselgias ed instituziuns religiusas
 - instituziuns socialas, posts da cussegliaziun e localitads da quartier
 - areals da l'administraziun publica ch'èn accessibels al public, sco per exempel da servetschs socials, da dretgiras sco er locals interns ch'èn accessibels al public, en ils quals han lieu radunanzas communalas e parlamentaras
 - fieras, incl. fieras da Nadal
- **Obligaziun da purtar ina maschina en il spazi public:** En il spazi public (p.ex. vias, passapes, parcs e piazzas da giu) vala l'obligaziun da purtar ina maschina sco suonda:
 - En zonas da peduns da centers da citads e da vitgs.

- Dapertut là, nua ch'i dat tantas personas che Vus na pudais betg tegnair la distanza dad 1,5 meters d'autras personas. Quai vala er, sche Vus inscuntrais Voss amis u Voss enconuschents, cur che Vus essas en gir, e na pudais betg tegnair la distanza minimala.
- **Obligaziun da purtar ina mascrina sin il stgalim secundar II:** Sin il stgalim secundar II, sco per exempel en gimnasis, en scolas professiunalas ed en scolas medias spezializadas vala l'obligaziun da purtar ina mascrina. Giuvenils, personas d'instrucziun ed ulteriur personal ston purtar ina mascrina. L'obligaziun da purtar ina mascrina vala durant l'instrucziun sco er sin l'areal da scola.

Datti excepziuns per uffants pitschens u per autras personas?

Uffants sut 12 onns èn exceptads da l'obligaziun da purtar ina mascrina. Ultra da quai èn exceptadas er personas che na pon betg purtar ina mascrina per motivs particulars, en spezial medicinals.

Sche jau n'hai nagina mascrina: Poss jau er trair la schlingia sur la fatscha e sur il nas, u uschiglio in ponn?

Na, cun ina schlingia u cun in ponn n'è l'obligaziun da purtar ina mascrina betg ademplida. Ina schlingia na protegia betg sufficientamain cunter ina infecziun e na protegia er betg avunda autras personas. I duai vegnir purtada ina mascrina d'igièna u ina mascrina da textil ch'è vegnida producida en moda industrialia.

Viadis / entrada en Svizra

Dapi ils 6 da zercladur 2020 essas Vus obligada resp. obligà d'As metter en quarantina per 10 dis en Svizra, cur che Vus entrais da tschertas regiuns.

Questa mesira sa basa sin l'Ordinaziun davart las mesiras per cumbatter il nov coronavirus (COVID-19) en il sector dal traffic da personas internaziunal e vala, sche Vus entrais da pajais u da regiuns cun ina ristga elevada d'ina infecziun cun il coronavirus.

Annunziai Vossa entrada a l'autorità cumpetenta chantunala entaifer dus dis e resguardai las instrucziuns da questa autorità.

Tgi che refusa la quarantina u n'observa betg l'obligaziun d'annunzia, commetta tenor la Lescha d'epidemias in surpassament che vegn chastià cun ina multa da fin 10 000 francs.



La glista dals pajais e da las regiuns cun ina ristga elevada d'ina infecziun cun il coronavirus, ils contacts chantunals sco er las excepziuns da l'obligaziun da quarantina chattais Vus qua: www.bag.admin.ch/einreise



Tests da coronavirus e contact tracing ferman chadainas d'infecziun.

Pertge èn las duas mesiras uschè impurtantas?

Per ch'i saja pussaivel da viver pli u main «normal», dèssan tut ils umans cun sintoms da malsogna far immediatamain il test dal nov coronavirus – era sch'ils sintoms èn mo levs. Ultra da far il test èsi plinavant impurtant che tut ils umans mettian a disposiziun lur datas da contact per la retrofastisaziun, per exempel en il restaurant. Personas infectadas pon gia esser contagiadas cur ch'ellas sa sentan anc saunas. Uschia ferman ils tests ed il contact tracing las chadainas d'infecziun.

Sch'il test dal coronavirus è positiv, lura entschaida il contact tracing.

- Las autoritàs chantunalas erueschan cuminaivlamain cun la persona infectada, cun tgi ch'ella ha già stretg contact.
- Las autoritàs infurmeschan las personas da contact davart in'eventuala infecziun e davart l'ulteriur proceder.
- Era sche questas personas na mussan nagins sintoms, ston ellas ir en quarantina. Quai vala

per diesch dis suenter l'ultim contact cun la persuna infectada.

- Sch'i na vegn constatà nagina infecziun durant quest temp, aboleschan las autoritads puspè la quarantina.



App SwissCovid

Cun sustegn da l'app SwissCovid per telefonins vulain nus franar la derasaziun nuncontrollada dal nov coronavirus. Dapli persunas che dovran l'app SwissCovid e meglier ch'ella gida en chaussa. Tgi ch'è sa strategnì durant in temp pli lung en vischinanza d'almain ina persuna, da la quala il test sin il nov coronavirus è stà positiv, vegn infurmà via app davart ina infecziun pussaivla e davart l'ulteriur proceder. La sfera privata resta protegida. L'utilisaziun da l'app è facultativa e gratuita. L'app po vegnir chargiada giu dal App Store dad Apple sco er dal Google Play Store.

L'app SwissCovid gida a franar pli svelt las chadainas da transmissiun

L'app SwissCovid per telefonins (Android/iPhone) gida a franar il nov coronavirus. Ella cumplettescha il «contact tracing» classic, q.v.d. la retrofastisaziun da novas infecziuns tras ils chantuns, e gida pia a franar las chadainas da transmissiun.

L'app SwissCovid è disponibla en l'App Store ed en il Google Play Store (en las linguas: rumantsch, tudestg, franzos, talian, albanais, bosniac, croat, englais, portugais, serb, spagnol. Tirc e tigrinya suondan.)

- [Google Play Store per Android](#)
- [Apple Store per iOS](#)

L'utilisaziun da l'app SwissCovid è facultativa e gratuita. Pli bleras persunas ch'installeschan e dovran l'app, e meglier ch'ella gida a franar il nov coronavirus.

Co funcziuna l'app SwissCovid?

Installai l'app SwissCovid sin Voss telefonin dad Apple u dad Android. Suenter na stuais Vus far nagut auter che portar cun Vus il telefonin cun Bluetooth activà. Il telefonin emetta lura sur Bluetooth IDs codadas, uschenumnadas summas da controlla. Quai è lungas chadainas da segns casuals. Suenter duas emnas vegnan tut las summas da controlla stizzadas automaticamain dal telefonin.

L'app mesira en furma anonima la durada e la distanza d'auters telefonins. Ella registrescha, sch'igl ha dà in **stretg contact** (pli datiers che 1,5 meters e totalmain pli ditg che 15 minutas durant in di). Lura èsi numnadamain pussaivel ch'il virus è vegnì transmess.

Uschia vegn fatga l'annunzia

Sch'il test sin il coronavirus è stà positiv tar ina persuna che dovra l'app SwissCovid, survegn ella in code (code covid) da las autoritads chantunalas. Mo cun quest code po la persuna activar la funcziun d'annunzia en sia app. Uschia vegnan avertidas autras persunas che dovran l'app, cun las qualas la persuna ha già stretg contact durant la fasa d'infecziun (dus dis avant il cumenzament dals sintoms da malsogna). Tras l'endataziun dal code vegnan questas persunas infurmadas en moda automatica ed anonima.

Las persunas infurmadas pon telefonar a la infoline ch'è inditgada en l'app e sclerir ils ulteriurs pass. En quest connex è la sfera privata garantida da tut temp. Sch'ina persuna infurmada ha già sintoms da malsogna, duai ella restar a chasa, evitar il contact cun autras persunas, far il check coronavirus u telefonar a sia media/ses medi.

Cun quest cumportament solidaric pudain nus tuts gidar ad interrumpèr las chadainas d'infecziun.

Protecziun da la personalitad

Las datas che vegnan rimnadas da l'app SwissCovid, vegnan arcunadas mo localmain sin l'agen telefonin. L'app na trametta naginas datas da persunas u da localisaziun a lieus da memorisaziun u a servers centrals. Perquai na po nagin reconstruir, cun tgi e nua ch'ins ha già contact. Cur che la crisa dal coronavirus è superada u sch'i sa mussa che l'app n'ha nagin effect, vegn il sistem mess ord funcziun.

Da l'app SwissCovid hai jau survegnì in'annunzia ch'igl exista la pussaivladad d'ina infecziun. Hai jau il dretg da far in test?

Gea, uschespert che Vus avais survegnì in'annunzia davart ina infecziun pussaivla, pudais Vus laschar far gratuitamain in test.

Quest test duai identifitgar personas ch'èn gia infectadas, ma che n'han anc nagins sintoms. Il test duess vegnir fatg il pli baud 5 dis suenter l'eventuala infecziun.

Sche Voss test è positiv, As contactescha il post chantunal cumpetent ed As infurmescha davart l'ulteriur proceder. Quai gida a franar la transmissiun dal virus.

Survegn jau vinavant mes salari, sche jau ma decid da restar a chasa suenter in'annunzia davart in'eventuala infecziun?

Sche Vus avais survegnì in'annunzia davart ina infecziun pussaivla, telefonai per plaschair a la SwissCovid Infoline (il numer da telefon vegn mussà en l'app, en cas d'ina annunzia). La infoline As po gidar en connex cun talas dumondas.

Da princip n'è il patrun betg obligà da pajar vinavant il salari, sche Vus restais a chasa sin fundament d'ina annunzia davart in'eventuala infecziun.

Mo sch'ina quarantina vegn ordinada da las autoritads chantunales cumpetentas, avais Vus il dretg da survegnir vinavant la paja.

Tge è il nov coronavirus?

Tge è SARS-CoV-2 e tge è COVID-19?

Il nov coronavirus è vegnì scuvert la fin da l'onn 2019 en China causa in augment extraordinari da pneumonia en la citad da Wuhan, en la China centrala. Il virus è vegnì numnà SARS-CoV-2 e tutga tar la medema famiglia sco ils patogens dal «Middle-East respiratory syndrome» MERS e dal «severe acute respiratory syndrome» SARS.

Il 11 da favrer 2020 ha l'Organisaziun mundiala da la sanadad OMS dà a la malsogna chaschunada dal nov coronavirus in num uffizial: COVID-19, l'abreviaziun da «coronavirus disease 2019» ubain per rumantsch «malsogna dal coronavirus 2019».

Tenor las infurmaziuns ch'èn actualmain avant maun vegni supponì ch'animals hajan infectà l'uman cun il virus e che quel vegnia ussa transmess dad uman ad uman. Il lieu d'origin è probablamain in martgà da peschs e d'animals en la citad da Wuhan che las autoritads chinasas han serrà en il fratemp.

Ulteriuras infurmaziuns:

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus

(tudestg, franzos, talian, englais)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH