

## Corona-Virus: Infos zur Quarantäne

Quarantäne heißt:

Man bleibt nur zu Hause.

Man verlässt **nicht** seine Wohnung.

Man trifft sich **nicht** mit anderen Menschen.



Die Quarantäne ist eine besondere Situation.

Vielleicht ist es für Sie schwer, alleine zu sein.

Vielleicht brauchen Sie Unterstützung.

Die Stadt Bielefeld will Ihnen

in dieser besonderen Situation helfen.

Deshalb gibt es für Menschen in Quarantäne

viele Hilfs-Angebote.

Die Stadt Bielefeld hat alle wichtigen Infos aufgeschrieben.

Denken Sie daran:

Die Quarantäne ist notwendig.

Halten Sie die Quarantäne ein.

Und werden Sie schnell wieder gesund.





## 2. Wer kauft für mich ein?

Sie dürfen **nicht** einkaufen gehen.

Fragen Sie andere, ob sie für Sie einkaufen gehen.

Zum Beispiel:

- Familie
- Freunde
- Nachbarn

Wichtig:

Gehen Sie **nicht** bei den Leuten vorbei.

Rufen Sie die Leute an.



## 3. Brauchen Sie mehr Hilfe?

Gehen Sie auf die Internetseite:

[www.coronahilfebielefeld.de](http://www.coronahilfebielefeld.de)

Oder rufen Sie

bei der Corona-Hilfe Bielefeld an.

Die Telefon-Nummer ist:

0521 299 77 00



#### 4. Notfall-Paket mit Lebensmitteln

Die Stadt Bielefeld hat Notfall-Pakete mit Lebensmitteln.

Brauchen Sie ein Notfall-Paket?

Rufen Sie diese Telefon-Nummer an:

0521 299 099 40

Sie können montags bis freitags von 9 bis 16 Uhr anrufen.



#### 5. Sorgen-Telefon

Für ältere Menschen gibt es ein Sorgen-Telefon.

Fachleute beantworten Ihre Fragen.

Rufen Sie diese Telefon-Nummer an:

0521 988 92 800



#### 6. Hilfe bei psychiatrischen Krisen

Ist die Situation für Sie sehr schwer?

Machen Sie sich große Sorgen?

Dann helfen Ihnen

die Fachleute vom Psychiatrischen Dienst.

Rufen Sie an.

Montags bis freitags von 8 bis 15 Uhr:

0521 51 25 81

Am Wochenende und an Feiertagen:

0521 32 99 285

