



## Nov coronavirus

Actualisà ils 06-06-2020

# USCHIA ANS PROTEGIN NUS.



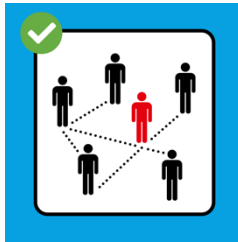
## Fegl cun ils fatgs impurtants

Fatgs impurtants davart il nov coronavirus e davart las reglas da cumportament e d'igièna.

### Ussa exnum observar las novas reglas:



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



Sche pussaivel adina inditgar las datas da contact per la retrofastisaziun.



Sch'il test è positiv: isolaziun.

En cas da contact cun ina persuna infectada: quarantina.

## Resguardai vinavant las reglas d'igièna e da cumportament. Il nov coronavirus na duai numnadamain betg sa derasar danovamain.



Tegnair distanza.



Recumandaziun: Purtar ina mascrina, sch'i n'è betg pussaivel da tegnair distanza.



Lavar bain ils mauns.



Evitar da dar il maun.



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



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



Sche pussaivel, lavurar vinavant da chasa anora.

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

Dapi ils 6 da zercladur èn puspè averts ulteriurs manaschis ed ulteriuras instituziuns, ed er occurrenzas cun fin a 300 persunas pon puspè vegnir realisadas. La premissa èn concepts da protecziun. En cas da stretgs contacts ston ins registrar las datas da contact. Uschia po vegnir garantida la retrofastisaziun en cas d'ina persuna infectada da nov. Tut las persunas participadas ston plinavant pudair resguardar las reglas d'igièna e da cumportament – organisateurs, participants, emploiads, clientas e clients, persunas d'instrucziun, scholaras e scholars, emprendists, sportists e trenaders.

**Resguardai vinavant las reglas d'igièna e da cumportament. Il nov coronavirus na duai numnadain betg sa derasar danovamain.**

### 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 persunas cun ina pli gronda ristga da vegnir grevamain malsaunas ston vegnir protegidas.

Persunas spezialmain periclitadas èn:

- persunas sur 65 onns
- creschids cun las suandantas malsognas preexistentas:
  - **pressiun dal sang auta,**
  - **malsognas cronicas da la via respiratorica,**
  - **diabetes,**
  - **malsognas e terapias che flaivlentan il sistem d'immunitad,**
  - **malsognas dal cor e da la circulaziun e**
  - **cancer**

U cun:

- **surpaisa severa (corpulenza, BMI da 40 e dapli)**

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

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

Avais Vus sur 65 onns ubain ina u pliras da las malsognas preexistentas numnadas qua survart?

Alura vali da prender las suandantas mesiras:

- Vus pudais bandunar Voss dachasa, uschè ditg che Vus resguardais strictamain las reglas d'igièna e da cumportament. Evitai lieus cun bleras persunas (per exempel staziuns, traffic public) e temp da grond traffic (per exempel ir a far las cumpras la sonda, traffic pendular).
- Evitai contacts nunecessaris e tegnai distanza d'autras persunas (almain 2 meters).
- Laschai sche pussaivel furnir victualias ed auters products indispensabels d'ina amia, d'in ami u d'ina vischina resp. d'in vischin u d'in servetsch da furniziun. Er differentas organisaziuns, las vischnancas e l'internet porschan sustegn.
- Duvrai sche pussaivel per scuntradas privatas u da fatschenta il telefon, Skype u in med d'agid sumegliant.

Sche Vus stuais ir tar il medi, prendai Voss auto u Voss velo u giai a pe. Sche quai n'è betg pussaivel, clamai in taxi. Tegnai almain 2 meters distanza d'autras persunas e resguardai las reglas d'igièna.  
**Recumandaziun: Purtar ina mascrina, sch'i n'è betg pussaivel da tegnair distanza.**

Sche Vus avais in'activitad professiunala ed essas periclitada resp. periclità pervia d'ina malsogna preexistenta, As sto Voss patrun proteger.

Infurmaziuns utilas chattais Vus via Unia Svizra: Voss dretgs a la piazza da lavur <https://www.unia.ch/de/arbeitswelt/von-a-z/coronavirus> (en tudestg)

Avais Vus in u plirs sintoms sco tuss (per il solit tuss setga), mal la gula, respiraziun asmatica, fevra, sentiment da fevra, mal ils muscels 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 Vus tutgais tar las personas spezialmain periclitadas.

#### Co vegn transmess il nov coronavirus?

Il nov coronavirus vegn transmess principalmain tar in contact stretg e pli lung: sch'ins tegna damain che 2 meters distanza dad ina persuna infectada.

La transmissiun succeda

- tras **guttins**: sche la persuna malsauna **starnida u tussa**, pon ils virus cuntanscher directamain la pel mucosa dal nas, da la bucca u dals eglis d'autras personas.
- sur **ils mauns**: guttins infectus dal tusser e dal starnidar pon sa chattar sin ils mauns u sin outras surfatschas. Els cuntanschan la bucca, il nas u ils eglis, sch'ins tutga en quels.

#### Cura è ina persuna infectusa?

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

- gia **in di 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 tuttafatg saun. Tegnai perquai vinavant distanza e lavai regularmain ils mauns cun savun.

#### Duain tuttas e tuts purtar ina mascrina en il spazi public?

Na, nus na recumandain betg a personas saunas da purtar ina mascrina en il spazi public. Quellas na protegian betg en moda efectiva cunter ina infecziun cun il coronavirus.

Ina masca po percunter impedir che personas malsaunas infecteschan outras.

Nus recumandain da purtar ina masca, sch'i n'è betg pussaivel da tegnair la distanza da 2 meters. En il traffic public cusseglaiain nus instantamain da purtar ina masca en tals cas.

Vus stuais purtar ina masca, cur che Vus faschais diever d'in servetsch, tar il qual il concept da protecciun da la branscha prescriba l'obligatori da purtar masca.

#### **Vinavant vala: Resguardai las reglas da distanza e d'igiene.**

#### Dastgan tat e tatta pertgiral lur biadis?

Persunas da sur 65 onns èn spezialmain periclitadas. Ellas duain sa proteger particularmain. Quai è savens il cas tar tats e tattas. Finalmain ston ils tats e las tattas decider sez, sch'els vulessan pertgiral lur biadias e biadis.

En mintga cas cusseglaiain nus a tats e tattas:

- da resguardar las reglas d'igiene e da cumportament, da lavar regularmain ils mauns, da betg duvrar ils medems magiels sco ils uffants e da tegnair distanza dals geniturs.
- d'evitar lieus cun gronda quantad da personas, per exempel staziuns u meds da transport public durant il temp da frequenza intensiva.

Na pertgirai nagins uffants, sche Vus essas malsauna resp. malsaun u sche l'uffant è malsaun, er betg sch'ils sintoms èn mo lev.

## 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
- fevra, sentiment da fevra
- mal ils muscels
- perdita andetga da l'odurat e dal palat

Ils suandants sintoms èn rars:

- mal il chau
- sintoms dal tract digestiv
- congiuntivitis
- dafraid

Ils sintoms èn da differenta grevezza e pon er esser levs. Pussavlas 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.**
- **Faschai il check coronavirus (guarda ils web-links en la proxima dumonda) 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 recumandaziun da cumportament ed eventualmain la directiva da far il test.**
- **Legiai las instrucziuns davart «l'isolaziun» ([www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads)) e las resguardai consequentamain.**

**Sche Vus avais sur 65 onns u ina malsogna preexistent, 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 <https://check.bag-coronavirus.ch/screening> retschavais Vus – suenter che Vus avais respundi ad 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 sin <https://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 andament.

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

### Co vegn tractada ina infecziun cun il nov coronavirus?

Il tractament sa limitescha a la mitigaziun dals sintoms. Per proteger autras personas vegnan isoladas las personas malsaunas. En cas d'ina 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.

## Ulteriuras infurmaziuns

### Stoss jau metter si ina mascra en il tren, en il bus u en il tram?

En meds da transport public che na vegnan betg frequentads da bleras personas n'èsi betg necessari da purtar ina mascra. Durant las uras da grond traffic u sche Vus na pudais betg tegnair la distanza da 2 meters dad autras personas, èsi dentant fitg recumandà da purtar ina mascra d'igièna. Anc meglier fissi d'evitar il traffic public durant las uras da frequenza intensiva.

Las interpresas da transport VFF e AutoDaPosta han elavurà concepts da protecziun per l'entira branscha.

Prendai resguard d'auters viagiaturs en il traffic public. Respectai adina

- da tegnair distanza avunda tar fermadas, avant spurteglis e tar automats da bigliets
- ina buna repartiziun en ils vehichels
- da furmar ina giassa per offrir spazi avunda per sortir.

### Quantas personas dastgan sa scuntrar?

Gruppas da maximalmain 30 personas dastgan sa scuntrar sin plazzas publicas, sin vias da spassegiar ed en parcs. Vus stuais dentant anc adina tegnair ina distanza da 2 meters, en cas che Vus inscuntrais autras personas. Resguardai las reglas d'igièna e da cumportament. Per famiglias u cuminanzas d'abitar na vala betg la regla da tegnair distanza.

Sche la gruppa cumpiglia pli che 30 personas, po la polizia dar ina multa a tut las personas da la gruppa.

A partir dals 6 da zercladur pon avoir lieu **occurrenz publicas e privatas** cun fin a 300 personas. Qua sa tracti per exempel d'occurrenz da famiglia, messas, concerts, represchentaziuns da teater, preschentaziuns da films sco er manifestaziuns politicas u da la societad civila. Tut tenor la furma da l'occurrenza dovri concepts da protecziun u glistas da preschentscha. Tegnai la distanza da 2 meters dad autras personas er tar occurrenz e resguardai las reglas d'igièna e da cumportament. Per occurrenz privatas na dovri nagin concept da protecziun. L'organisatura / l'organisatur sto dentant manar ina glista da preschentscha cun datas da contact (prenum, num, numer da telefon).

Resguardar per plaschair:

- Tar occurrenz en il liber è la ristga d'ina infecziun probablamain pli bassa che tar occurrenz en localitads stretgas u cun ventilaziun insufficienta. Tar mintga participaziun stat però en il center Vossa responsabladad individuala. Na prendai perquai betg part a bleras differentas occurrenz. In tal agir difficultass la retrofastisaziun da Voss contacts.
- Tegnai la distanza da 2 meters er en cas d'occurrenz e resguardai las reglas d'igièna e da cumportament. Sch'ina persona infectada cun il coronavirus participescha a la medema occurrenza sco Vus, pudais Vus evitar la quarantina, sche Vus observais strictamain questas reglas.

Occurrenz grondas cun pli che 1'000 personas restan probablamain scumandadas fin ils 31 d'avust 2020.

### Tge stoss jau resguardar en in manaschi da gastronomia?

Per la consumaziun ston ins esser tschentà.

Er gruppas pli grondas dastgan visitar in manaschi da gastronomia. La premissa è quella che

- las personas da la gruppa sa conuschan, per ch'ins possia eventualmain far in contact-tracing,
- almain ina persona depositescha sias datas da contact.

Resguardai strictamain las directivas dal manaschi tar mintga visita.

### Tge succeda, sche la quantad da las novas infecziuns na sa reducescha betg, mabain s'augmenta puspè?

I dependa co che la situaziun sa sviluppa. Sche las novas infecziuns s'augmentan puspè, vegn il Cussegl federal a spustar pass da schlucada planisads, resp. ad abolir schlucadas gia introducidas. Er en quai che riguarda ils concepts da protecziun ston ins alura far adattaziuns.

## Chattar agid.

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

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

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

U vulais Vus gidar insatgi?

Guardai en Vossa vischinanza:

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

Ulteriuras pussaivladads:

- As drizzai a Vossa administraziun communal a u municipal
- faschai diever da l'app «Five up»
- guardai sin [www.hilf-jetzt.ch](http://www.hilf-jetzt.ch)

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

Avais Vus uffants?

Ils uffants na duain betg vegnir pertgirads dal tat e da la tatta resp. dal non u da la nona u d'autras personas spezialmain periclitadas. Ils uffants na **duain betg giugar en gruppas da passa tschintg**. Els pon vinavant giugar en gruppas, però adina cun il medems uffants. E durant ch'ils uffants giogan ensemen, na duain ils geniturs betg s'inscuntrar en gruppas.

Faschais Vus quitads u duvrais Vus insatgi per discurre?

Qua chattais Vus las infurmaziuns correspundentas:

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

As sentis Vus en privel a chasa, tschertgais Vus agid u protecziun?

- Numers da telefon ed adressas dad e-mail per cussegliaziuns anonimas e per protecziun en tut la Svizra chattais Vus sin [www.opferhilfe-schweiz.ch](http://www.opferhilfe-schweiz.ch) / [www.aide-aux-victimes.ch](http://www.aide-aux-victimes.ch) / [www.aiuto-alle-vittime.ch](http://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 a dumondas davart il nov coronavirus.
- **Corona-helpline dal HEKS/EPER** en 10 linguas (albanais / arab / bosniac-serb-croat / curd / persian, dari / portugais / spagnol / tamil / tigrinya / tirc): Sut il numer **0800 266 785** vegni respundi a dumondas davart la situaziun en connex cun il coronavirus en Svizra ed infurmà davart purschidas d'agid. Ulteriuras infurmaziuns sin: <https://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-mehrsprachiges-hilfetelefon#plakate-und-videos>
- **Sche Vus n'avais nagina media da chasa resp. nagin medi da chasa: Medgate** As stat a disposiziun sut il numer **0844 844 911** durant 24 uras, 365 dis per onn.

## Returnar a la piazza da lavur

Il Cussegl federal cussaglia da lavurar sche pussaivel vinavant da chasa anora, era per evitar autas frequenzas en il traffic public. Voss patrun da lavur decida dentant, sche e cura che Vus duessas turnar al lieu da lavur.

Sche Vus lavurais ed essas periclitada resp. periclità pervi da malsognas preexistentas, sto Voss patrun da lavur As proteger.



Actualisà ils 10-06-2020

## 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. Persunas infectadas pon gia esser contagiusas 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 entschaiva il contact-tracing.**

- Las autoritads chantunalas erueschan cuminaivlamain cun la persuna infectada, cun tgi ch'ella ha gi stretg contact.
- Las autoritads infurmeschan las persunas da contact davart in'eventuala infecziun e davart l'ulteriur proceder.
- Era sche questas persunas na mussan nagins sintoms, ston ellas ir en quarantina. Quai vala per diesch dis sunter il davos contact cun la persuna infectada.
- Sch'i na vegn constatà nagina infecziun durant quest temp, aboleschan las autoritads puspè la quarantina.

### **Sch'ina da las persunas contactadas tras las autoritads mussa gia sintoms da malsogna.**

- La persuna sto vegnir isolada immediatamain e sto far il test dal nov coronavirus. Sch'il test da coronavirus è positiv, succeda in contact-tracing tras las autoritads.

### **Sch'ina persuna en quarantina mussa sintoms da malsogna.**

- La persuna sto vegnir isolada immediatamain ed
- ella sto far il test dal nov coronavirus.
- Sch'il test da coronavirus è positiv, succeda in contact-tracing tras las autoritads.
- Perquai che la persuna sa chatta gia en quarantina, duessi dar – sche insumma – mo fitg paucas persunas ch'èn stadas en stretg contact. Tras la quarantina è la chadaina d'infecziun gia vegnida interrutta.

### **L'app da contact-tracing SwissCovid**

Per franar il nov coronavirus vegn l'UFSP a lantschar proximamain in'app. L'app infurmescha persunas che han gi stretg contact cun ina persuna malsauna, senza la conuscher personalmain. Latiers ha la sfera privata da las utilisadras e dals utilisaders prioritad maximala – i na vegnan arcuradas centralmain naginas datas personalas.

Uschia ans protegin nus.

Il Cussegl federal

## Tge è il nov coronavirus? Tge è SARS-CoV-2 e tge è COVID-19?

Il nov coronavirus è vegni scuvert la fin da l'onn 2019 en China causa in augment extraordinari da pneumonia en la citad Wuhan, en la China centrala. Il virus è vegni 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.

Ils 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'abbreviazion 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 Wuhan che las autoritads chinasas han serrà en il fratemp.

### Ulteriuras infurmaziuns:

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)

[www.bag.admin.ch/neues-coronavirus](http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus)

(tudestg, franzos, talian, anglais)



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**