

## Strengere Corona-Regeln in ganz Baden-Württemberg

Nach dem Kreis Tübingen verschärft jetzt auch das Land die Corona-Regeln. Ab Montag, 19. Oktober, gelten sie nun in ganz Baden-Württemberg. Strengere Maskenpflicht: Landesweit muss in Fußgängerzonen und überall in der Öffentlichkeit, wo der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, eine Maske getragen werden. Sie muss Mund und Nase bedecken. Feiern: Bei privaten Treffen dürfen maximal zehn Menschen aus zwei Haushalten zusammen sein. Veranstaltungen: Bei Veranstaltungen sind nur noch 100 Menschen erlaubt. Schulen und Hochschulen: SchülerInnen ab der Klasse 5 und LehrerInnen müssen jetzt auch im Unterricht eine Maske tragen. Maskenpflicht gilt jetzt auch auf Sitzplätzen in Hochschulen. Ministerpräsident Winfried Kretschmann bat alle BewohnerInnen Baden-Württembergs darum, möglichst nicht mehr zu reisen, Kontakte zu begrenzen und sich vernünftig zu verhalten. Wenn die Infektionszahlen weiter so stark ansteigen wie aktuell, „werden wir zum Schluss sehr viel härtere Maßnahmen ergreifen müssen“, sagte Kretschmann.

## Wer muss in Quarantäne?

Menschen müssen in Quarantäne, wenn sie in den letzten 14 Tagen engen Kontakt zu einer mit dem Corona-Virus infizierten Person hatten. Enger Kontakt heißt: Sie müssen mindestens 15 Minuten mit einem positiv auf das Virus getesteten Menschen gesprochen haben oder die infizierte Person hat ihr Gegenüber aus einem Abstand von weniger als 1,5 Metern angehustet oder angeniest. In beiden Fällen besteht nach Informationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung „ein hohes Risiko“, sich angesteckt zu haben. Das zuständige Gesundheitsamt ordnet die Quarantäne an. 10 bis 14 Tage lang müssen enge Kontaktpersonen von Infizierten ihren Gesundheitszustand beobachten. Das kann zu Hause geschehen – siehe die Meldung „Was tun bei Quarantäne?“ Das Gesundheitsamt entscheidet auch, wann die Quarantäne beendet wird.

## Sick note via phone

Currently, not only the number of people infected with the corona-virus is rising again. More people have a cold as well. Patients with mild infections of the respiratory tract can, once again, get a sick note from their doctor via phone. This is possible starting Monday, October 19th, and, for the time being, is planned until the end of this year. The Joint Federal Committee decided this. Representatives of doctors, hospitals and public health insurance agencies belong to this committee. The aim of this measure is to keep waiting rooms empty and protect at risk patients from a possible infection. The sick note via phone is valid for up to seven days. For this, the doctor has to thoroughly ask the patient questions via phone. The sick note can be extended via phone for another seven days once. This was already possible during springtime. The experienced showed, „how responsible the insured act,“ says the Joint Federal Committee on its website.

## مرخصی بیماری دوباره از طریق تلفن

در حال حاضر نه تنها تعداد افراد آلوده به کرونا افزایش یافته بلکه بیشتر افراد سرما خورده اند. بیماران مبتلا به بیماری های تنفسی خفیف اکنون میتوانند از طریق تلفن از مرخصی استعلاجی استفاده کنند. این آیین نامه از روز دوشنبه ۱۹ اکتبر و در ابتدا تا پایان سال جاری اعمال می شود. این تصمیم توسط کمیته مشترک فدرال گرفته شده است. که شامل نمایندگان پزشکان، کلینیک ها و شرکت های بیمه درمانی قانونی است. هدف این است که در اقدامات پزشکی از تجمع افراد در اتاق انتظار جلوگیری شود و از بیماران پر خطر در برابر عفونتهای احتمالی محافظت شود. مرخصی استعلاجی تلفنی حداکثر تا هفت روز تقویمی معتبر است. پزشکان باید از طریق تلفن کامل با بیماران مصاحبه کنند. مرخصی استعلاجی را میتوان یکبار برای هفت روز دیگر از طریق تلفن تمدید کرد. این فرصت قبلاً در بهار وجود داشت. کمیته مشترک فدرال در وبسایت خود می نویسد، تجربه نشان داده است "افراد مدبرانه و با دقت زیاد با آن برخورد می کنند".

## دانش در مورد کرونا در فیلم های کوتاه

در آلمان هر روز افراد بیشتری نسبت به بهار به ویروس کرونا آلوده می شوند. علم و سیاست اوضاع را بسیار جدی ارزیابی می کنند. قوانین و اطلاعات دقیق تر برای جلوگیری از بیشتر شدن افراد به بیماری کرونا به ویژه گروه های پر خطر مانند: افراد مسن و افراد مبتلا به بیماری های قلبی است. هر کسی که به دنبال پاسخ بسیاری از سؤالات در مورد ویروس کرونا است، میتواند آنها را در صفحه اصلی مرکز فدرال آموزش بهداشت [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

بیابد. نکاتی برای رفتار ایمن در همه شرایط ممکن وجود دارد. علاوه بر این، BzGA دارای یک مجموعه ویدیویی در YouTube است:

„Corona Knowledge Compact“

مشارکت های فردی حدود دودقیقه طول می کشد. به عنوان مثال، آنها اطلاعاتی در مورد چگونگی جلوگیری از عفونت ارائه می دهند. آنها توضیح میدهند که در صورت قرنطینه چه کاری باید انجام شود. و آنها توضیح می دهند آنچه در حال حاضر علم در مورد مصونیت پس از بیماری Covid-19 میداند.

## Who must be quarantined?

People must be quarantined if they have had close contact with a person infected with the coronavirus in the last 14 days. Close contact means that they must have spoken to a person tested positive for the virus for at least 15 minutes or the infected person has coughed or sneezed on their counterpart from a distance of less than 1.5 meters. In both cases, according to information from the Federal Centre for Health Education, there is „a high risk“ of being infected. The responsible health authority orders the quarantine. For 10 to 14 days, close contact persons of infected persons must observe their state of health. This can be done at home - see the message „What to do in quarantine?“ The public health department also decides when the quarantine is to end.

## Was tun bei Quarantäne?

Wer sich mit dem Corona-Virus infiziert hat oder engen Kontakt zu Erkrankten hatte, muss in Quarantäne. Darüber entscheidet das Gesundheitsamt. Wie sollen sich Familienmitglieder verhalten, damit sie sich nicht anstecken? Dazu sagt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Der Mensch in Quarantäne sollte sich möglichst in einem Einzelzimmer aufhalten, das gut belüftet werden kann. Die Bundeszentrale empfiehlt, dass Erkrankte oder möglicherweise Infizierte eine Maske tragen und sich vor dem Kontakt mit anderen die Hände gründlich – mindestens 20 Sekunden lang – mit Seife waschen. Auch die anderen Familienmitglieder sollten regelmäßig die Hände waschen. Das Gesicht – besonders Mund, Nase und Augen – sollte nicht mit den Händen berührt werden. Enger Körperkontakt zum Infizierten muss vermieden werden. Auch hier gilt ein Abstand von mindestens 1,5 Metern. Erkrankte sollten nicht gemeinsam mit der Familie essen. Küche, Bad und die anderen Zimmer der Wohnung sollten regelmäßig gelüftet werden. Wäsche und Geschirr sollten nicht gemeinsam benutzt werden. Oberflächen, die Erkrankte berührt haben, sollten regelmäßig mit Desinfektionsmittel gereinigt werden.

## قواعد أكثر صرامة للاحتفالات بسبب كورونا

دائماً هناك المزيد من المصابين بفيروس كورونا. وهذا هو سبب تطبيق قواعد أكثر صرامة في ولاية بادن فورتمبيرغ. اعتباراً من الأحد 11 أكتوبر، عندما يتجاوز عدد المصابين أكثر من 35 شخصاً من كل 100.000 ساكن في منطقة ما خلال سبعة أيام، في هذه الحالة يسمح بحضور 50 ضيفاً كحد أقصى للاحتفالات، خاصة احتفالات الأماكن المغلقة. على سبيل المثال المطاعم. بينما الاحتفالات في الأماكن المغلقة يجب ألا يزيد عدد المحتفلين عن 25 شخصاً. حالياً تُعد منطقة إيسلنغن نقطة ساخنة للكورونا، حيث يوجد 50 إصابة جديدة لكل 100.000 نسمة في غضون أسبوع واحد. وفي هذه الحالة، يسمح في المناطق ذات النقاط الساخنة أو المدن ذات النقاط الساخنة لـ 25 شخصاً فقط بالاحتفال في الأماكن العامة، وعشرة أشخاص كحد أقصى في الأماكن المغلقة. كما يمكن لأي شخص يخطط لإقامة حفلة خاصة الاطلاع على مستويات العدوى ضمن „الأخبار“ - العدوى والوفيات من خلال صفحة بادن فورتنبيرغ: [www.baden.wuerttemberg.de](http://www.baden.wuerttemberg.de)

## معلومات عن كورونا في فيديو قصير

## Stricter corona-rules in Baden-Württemberg

The state of Baden-Württemberg is tightening its corona-rules, as the district of Tübingen has already done. Starting on Monday, October 19th, these rules apply in the entire state of Baden-Württemberg. Stricter mask-regulations: Everywhere, where the minimum distance requirements cannot be met, people have to wear a mask. This means for example pedestrian zones and every public place. This rule applies statewide and the mask has to be worn over the mouth and nose. Celebrations: For private celebrations and gatherings, a maximum of ten people of two different households is allowed. Events: Only 100 people are allowed at events. Schools and universities: Students from grade 5 and onwards, as well as teachers, have to wear a mask during class now. Masks are also mandatory during lectures at university.

Governor Winfried Kretschmann asked all citizens of Baden-Württemberg to avoid traveling, limit contacts and act responsibly. If the infection numbers continue to rise as fast as they currently do, "we will have to take much harder measures in the end," says Kretschmann.

## Krankschreibung wieder per Telefon

Aktuell steigen nicht nur die Zahlen der Corona-Infizierten. Immer mehr Menschen sind erkältet. PatientInnen mit leichten Erkrankungen der Atemwege dürfen sich jetzt wieder per Telefon krankschreiben lassen. Diese Regelung gilt ab Montag, 19. Oktober, und zunächst bis Ende dieses Jahres. Das beschloss der Gemeinsame Bundesausschuss. Ihm gehören VertreterInnen von ÄrztInnen, Kliniken und gesetzlichen Krankenkassen an. Ziel ist es, volle Wartezimmer in Arztpraxen zu vermeiden und RisikopatientInnen vor möglichen Ansteckungen zu schützen. Die telefonische Krankschreibung gilt bis zu sieben Kalendertage. ÄrztInnen müssen die Kranken dafür gründlich telefonisch befragen. Die Krankschreibung darf einmal telefonisch um weitere sieben Tage verlängert werden. Diese Möglichkeit gab es schon einmal im Frühjahr. Die Erfahrungen hätten gezeigt, „wie umsichtig Versicherte damit umgehen“, schreibt der Gemeinsame Bundesausschuss auf seiner Homepage.

يصاب في الوقت الحالي في ألمانيا بفيروس كورونا عدد أكبر يومياً منذ بداية العام. ويقيم العلماء والسياسيون الوضع بالخطر أو الجاد، وقد تم وضع قوانين أكثر صرامة لمنع المزيد والمزيد من الإصابة وخاصة الفئات المعرضة للخطر ككبار السن والذين لديهم أمراض سابقة. إذا كنت تبحث عن اجابات عن أسئلة كثيرة حول فيروس كورونا، فستجدها على الصفحة الرئيسية للمركز الاتحادي للتوعية الصحية: [www.bzga.com](http://www.bzga.com) هناك توجد نصائح للسلوك الآمن في كل لحالات الممكنة. علاوة على ذلك يوجد للمركز الاتحادي للصحة العالمية سلسلة فيديوهات على اليوتيوب تحت عنوان „معلومات كورونا“ المشاركات الفردية حوالي الدقيقتين. سوف تجد معلومات على سبيل المثال كيف يمكنك تجنب العدوى أو توضيح عن ما يجري في الحجر الصحي. كذلك يشرحون علمياً ما يعرف عن الحصانة بعد المرض الكورونا.

## من الآن تم منع جميع الفاعليات والمعارض المتضمنة على أكثر من 100 شخص في جميع أنحاء المقاطعة

بسبب الزيادة المستمرة في أعداد المصابين بفيروس كورونا في مقاطعة بادن فورتمبيرغ اتخذت حكومة المقاطعة المزيد من الإجراءات الاحترازية لمحاولة الحد من انتشار الفيروس. وهذه الإجراءات يلزم بتطبيقها ابتداءً من يوم الاثنين 19.10. وبالتالي يسمح بإقامة الفاعليات والمعارض التي لا يتجاوز عدد المشاركين بها عن مئة شخص كحد أقصى. أما الاحتفالات الخاصة فلا تعتبر مثل الفاعليات العامة ولهذا يُسمح لعدد أقل بالمشاركة بها. هذا ما أقره مجلس الحكومة بتاريخ 18.10. في المادة الخامسة من مرسوم كورونا ضمن مرسوم خاص للمؤسسات التعليمية والفنية. ولهذا تم إلغاء المرسوم التشريعي لمنطقة توبينغن الصادر بتاريخ 17.10. فيجب من الآن تطبيق القواعد الصادرة من إدارة المقاطعة في جميع المناطق التابعة لها.

## إجازة صحية عن طريق الهاتف من جديد

حالياً، ليست فقط أعداد المصابين كورونا ترتفع بل المزيد من الناس يتعرضون لنزلات البرد. يُسمح الآن للمرضى الذين يعانون من أمراض تنفسية خفيفة بأخذ تقرير طبي عن طريق الهاتف مجدداً. وستطبق هذه القاعدة اعتباراً من يوم الاثنين 19 أكتوبر، وحتى نهاية هذا العام. وقد قررت اللجنة الاتحادية المشتركة ذلك والذي يضم ممثلين عن الأطباء والعيادات وصناديق التأمين الصحي القانونية. والهدف من ذلك هو تجنب غرف الانتظار المزدحمة في مكاتب الأطباء وحماية المرضى المعرضين لخطر العدوى المحتملة. والإجازة المرضية الهاتفية صالحة لمدة تصل إلى سبعة أيام. كما يجب على الأطباء إجراء مقابلات شاملة مع المرضى عبر الهاتف. ويمكن تمديد الإجازة المرضية مرة واحدة عن طريق الهاتف لمدة سبعة أيام أخرى. وقد تم تطبيق هذه الطريقة في فصل الربيع. فيما أظهرت التجربة، كيف يتعامل الأشخاص المؤمن عليهم بحكمة مع هذا الأمر، كما كتبت اللجنة الاتحادية المشتركة على موقعها الإلكتروني.

## Learn about coronavirus through short videos

In Germany, more people are now infected with the coronavirus every day, compared to spring. Scientists and politicians assess the situation as very serious. Stricter rules and information should prevent more and more people from becoming infected – especially risk groups such as the elderly and people with pre-existing conditions. Anyone looking for answers to many questions about the coronavirus will find them on the homepage of the Federal Center for Health Education, [www.bzga.de](http://www.bzga.de). There, you will find tips for safe behavior in all kinds of situations. The Bzga also has a video series on YouTube: "Corona Wissen kompakt". The individual posts are about two minutes long. They inform, for example, about how to prevent infection. They explain what to do in case of a quarantine. And they explain what science currently knows about immunity after an individual has already contracted the coronavirus.

## Veranstaltungen mit mehr als 100 Personen untersagt

In Baden-Württemberg haben sich jetzt so viele Menschen mit dem Corona-Virus angesteckt, dass die Landesregierung Maßnahmen zum Schutz gegen eine weitere Ausbreitung ergriffen hat. Diese gelten ab Montag, 19. Oktober. Demnach dürfen an Veranstaltungen generell nur noch höchstens 100 Personen teilnehmen. Private Feiern gelten dabei nicht als Veranstaltungen, an ihnen dürfen deutlich weniger Personen teilnehmen. Dies hat die Landesregierung am 18. Oktober beschlossen. Es steht in der Fünften Verordnung zur Änderung der Corona-Verordnung. Der Landkreis Tübingen hat nach der Verordnung des Landes seine Allgemeinverfügung vom 17. Oktober außer Kraft gesetzt. Auch im Kreisgebiet gelten die Regelungen der Corona-Verordnung des Landes.

## Events with more than 100 persons prohibited

In Baden-Württemberg, so many people have now become infected with the corona virus that the state government has taken measures to protect against further spread. These will apply starting Monday,

October 19th. According to these measures, a maximum of 100 people are allowed to participate in events. Private gatherings are not considered to be events, and significantly fewer people can take part in them. This was decided by the state government on October 18th. It is stated in the Fifth Regulation amending the Corona Regulation. According to the state's ordinance, the district of Tübingen overruled its general decree of October 17th. The regulations of the Corona Ordinance of the State also apply in the district area.

## چه کسی باید در قرنطینه باشد؟

افرادی که در طی ۱۴ روز گذشته با فرد آلوده به ویروس کرونا در تماس نزدیک بوده باشند، باید در قرنطینه بمانند. تماس نزدیک یعنی: شما با شخصی که جواب آزمایش کرونای او مثبت بوده حداقل ۱۵ دقیقه صحبت کرده اید یا فرد آلوده در فاصله کمتر از ۱.۵ متر در مقابل شخص دیگر سرفه یا عطسه کرده باشد. طبق اطلاعات مرکز فدرال آموزش بهداشت، در هر دو مورد "خطر زیادی" برای ابتلا وجود دارد به همین خاطر مسئول اداره بهداشت قرنطینه را توصیه میکند. در صورت هرگونه تماس نزدیک با افراد آلوده باید ۱۰ تا ۱۴ روز سلامت شما مورد کنترل قرار بگیرد. این کار را میتوان در خانه انجام داد. به پیام "در صورت قرنطینه چه باید کرد؟" مراجعه کنید. بخش بهداشت همچین تصمیم می گیرد که چه موقع قرنطینه به پایان برسد.



**Redaktionsteam:** Rahima Abdelhafid, Lobna Alhindi, Reem Al Sagheer, Roula Al Sagheer, Sahar Ahmadi, Ademola Adetunji, Somayeh Atefpour, Mostafa Elyasian, Sylvia Haden, Batool Hadous, Farzaneh Hassani, Lilian Hekmat, Natalie Hekmat, Sameer Ibrahim, Bright Igbonvia, Ute Kaiser, Majid Kanjou, Youssef Kanjou, Martin Klaus, Kerstin Markl, Oula Mahfouz, Claron Mazarello, Mohammad Nazir Momand, Naeem Nazari, Salwa Saada, Fatima Salehi, Hanna Sannwald, Wolfgang Sannwald, Andrea Schmitt, Michael Seifert, Hajera Sheikh, Will Thomas, Feras Trayfi, Sajja Yarmal.

ISSN 2628-8087

**Verantwortlicher Herausgeber:**  
Dr. Wolfgang Sannwald, Landratsamt,  
Wilhelm-Keil-Str. 50, 72072 Tübingen;  
[kulturgut@kreis-tuebingen.de](mailto:kulturgut@kreis-tuebingen.de)

tünews INTERNATIONAL wird von KulturGUT e.V. herausgegeben und vom Landkreis Tübingen ermöglicht.

In Kooperation mit: Volkshochschule Tübingen und Freies Radio Wüste Welle.



[www.tunewsinternational.com](http://www.tunewsinternational.com)