

# Gut zu wissen: Tipps, Fakten und schnelle Hilfe

In diesen Tagen kann jeder von uns urplötzlich in die Situation kommen, direkt mit Corona konfrontiert zu werden. Da ist besonders wichtig zu wissen, wie es weitergeht, an wen man sich wenden kann und wo es schnelle Hilfe gibt. Auf dieser Seite haben wir die wichtigsten Fakten für Sie gesammelt.

## Aktuelle Fallzahlen

### Nachgewiesene Fälle

Stadt Bremerhaven: **89 Fälle (+ 3)**  
 Stadt Bremen: **1234 Fälle (+ 7)**  
 LK Cuxhaven: **196 Fälle**  
 LK Wesermarsch: **62 Fälle**  
 LK Rotenburg: **109 Fälle**

### Verdachtsfälle

Stadt Bremen: **14 Fälle**  
 Bremerhaven und die Landkreise: **keine Angabe**

### Geheilt

Stadt Bremerhaven: **62 Fälle (+ 6)**  
 Stadt Bremen: **912 Fälle (+ 6)**  
 LK Cuxhaven: **126 Fälle (+ 2)**  
 LK Wesermarsch: **51 Fälle**  
 LK Rotenburg: **105 Fälle (+ 1)**

### Todesfälle

Stadt Bremerhaven: **3 Fälle**  
 Stadt Bremen: **37 Fälle**  
 LK Cuxhaven: **18 Fälle**  
 LK Wesermarsch: **1 Fall**  
 LK Rotenburg: **2 Fälle**

### Hygienemaßnahmen



Halten Sie einen Abstand von zwei Metern zu anderen Menschen ein, so gehen Sie auch beim Einkaufen oder Spaziergehen kein unnötiges Risiko ein.



Niesen oder husten Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch – und entsorgen Sie das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.



Halten Sie Ihre Hände vom Gesicht fern und vermeiden Sie es, den Mund, die Augen oder die Nase mit Ihren Händen zu berühren.



Waschen Sie regelmäßig und ausreichend lange (min. 20 Sekunden) Ihre Hände mit Wasser und Seife – insbesondere nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten.



Vermeiden Sie Berührungen, wenn Sie andere Menschen begrüßen. Auf Händeschütteln oder Umarmungen zur Begrüßung besser verzichten.



Viren können an vielen Oberflächen haften. Zur Sicherheit den Fahrstuhlknopf lieber mit einem Stift drücken und die Türklinke mit dem Ellenbogen betätigen.



Das Tragen eines Mund-Nase-Schutzes ist seit dem 27. April 2020 deutschlandweit beim Einkaufen und im Nahverkehr verpflichtend.

## Zentrale Anlaufstellen für Corona-Verdachtsfälle

**Bremerhaven**  
 Dr.-Franz-Mertens-Straße 4  
 27580 Bremerhaven  
 Werktags: 9 bis 14 Uhr, Wochenende/Feiertage: 10 bis 12 Uhr  
 Nur mit Überweisung vom Hausarzt

**Cuxhaven**  
 Helios Klinik Cuxhaven  
 Altenwalder Chaussee 10  
 27474 Cuxhaven  
 Täglich von 16 bis 20 Uhr

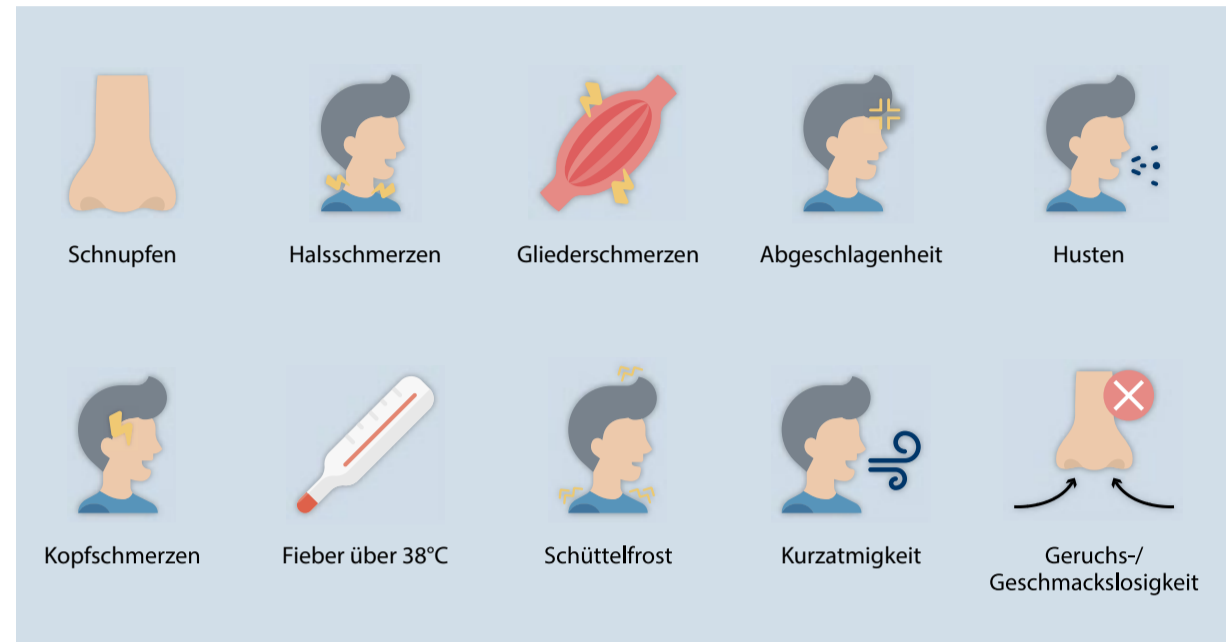
Für die Landkreise Wesermarsch und Rotenburg kontaktieren Sie bitte Ihren Hausarzt oder den **kassenärztlichen Notdienst** (116 117). Dort erhalten Sie die Adresse. Eine zentrale Notrufnummer gibt es nicht.

### Neuinfektionen der letzten 7 Tage pro 100 000 Einwohner:

Stadt Bremerhaven: 4,4      Landkreis Wesermarsch: 11,3  
 Stadt Bremen: 10,6      Landkreis Rotenburg: 0,6  
 Landkreis Cuxhaven: 4,0

Ab einem Wert von 50 werden die Maßnahmen wieder verschärft.

## Mögliche Symptome des Coronavirus



## Wichtige Nummern

**Bürger-Hotline für Bürger in Bremerhaven und Bremen**  
 Telefon: 115  
 Unter dieser Telefonnummer informieren speziell geschulte Mitarbeiter über das Coronavirus und die Schutzmaßnahmen.

**Kassenärztlicher Notdienst**  
 Telefon: 116 117  
 In der Nacht, am Wochenende und an Feiertagen

**Gesundheitsamt Bremerhaven**  
 Wurster Straße 49  
 27580 Bremerhaven  
 Telefon: 04 71/590 22 81

**Gesundheitsamt LK Wesermarsch**  
 Telefon: 0 44 01/92 75 11

**Gesundheitsamt LK Cuxhaven**  
 Vincent-Lübeck-Straße 2  
 27474 Cuxhaven  
 Telefon: 0 47 21/66 21 08

**Bürgertelefon im LK Cuxhaven**  
 Telefon: 0 47 21/66-2006  
 Montag bis Freitag: 9:00 Uhr bis 15:00 Uhr  
 Samstag, Sonntag und Feiertage: 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr

**Bürgertelefon LK Rotenburg**  
 Telefon 0 42 61 / 98 39 83  
 (Montag bis Freitag von 10 bis 14 Uhr)

**Bürgertelefon Niedersächsisches Landesgesundheitsamt**  
 Telefon: 05 11/4 50 55 55

(Montag bis Donnerstag von 8 bis 12 Uhr und 13 bis 16 Uhr, Freitag von 8 bis 12 Uhr)

**Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit**  
 Telefon: 0 30/3 46 46 51 00  
 (Montag bis Donnerstag von 8 bis 18 Uhr, Freitag von 8 bis 12 Uhr)

**Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“**  
 Telefon 080 00/11 60 16

**Frauenhaus, Beratung und Hilfe**  
 Telefon: 0471/83001

**Frauenhaus LK Rotenburg**  
 Beratung und Hilfe  
 Telefon: 04261/9836061

**Telefonseelsorge**  
 Telefon: 0800/1110111

**Kinder- und Jugendnotdienst Bremerhaven**  
 Telefon: 0471/3087222

**Elterntelefon „Nummer gegen Kummer“ bei psychischer Belastung**  
 Telefon: 0800/1110550

**Das Auswärtige Amt**  
 hat alle Reisewarnungen und wichtige Informationen für Reisende auf ihrer Website zusammengestellt:  
[www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/covid-19/2296762](http://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/covid-19/2296762)

**Das Robert Koch-Institut**  
 veröffentlicht alle wichtigen Reisehinweise in vielen verschiedenen Sprachen als Handzettel und Poster:  
[www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Transport/Info\\_Reisende\\_Tab.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Transport/Info_Reisende_Tab.html)

**Beim BMI** finden Sie Fragen und Antworten des Krisenstabs aus Bundesinnen- und Bundesgesundheitsministerium, der die Ausbreitung des Virus in Deutschland eindämmen soll:  
[www.bmi.bund.de/SharedDocs/faqs/DE/themen/bevoelkerungsschutz/coronavirus/coronavirus-faqs.html](http://www.bmi.bund.de/SharedDocs/faqs/DE/themen/bevoelkerungsschutz/coronavirus/coronavirus-faqs.html)

## Welche Corona-Regeln gelten wo?

### NEUE BUNDESWEITE REGELN:

- Die Kontaktbeschränkungen gelten weiter bis mindestens **5. Juni**. Erlaubt sind auch Treffen mit mehreren Personen eines anderen Haushalts.
- Geschäfte dürfen unabhängig von ihrer Größe wieder öffnen.
- Eine feste Kontaktperson darf in Kliniken und Heimen zu Besuch kommen.
- In der Fußball-Bundesliga sind Geisterspiele ab Mitte Mai wieder erlaubt.
- Kontaktfreier Sport ist unter freiem Himmel erlaubt. Die Hygieneregeln müssen eingehalten werden.

### WEITERHIN GILT:

- Halten Sie einen Abstand von zwei Metern zu anderen Menschen ein.
- Das Tragen eines Mund-Nase-Schutzes ist deutschlandweit beim Einkaufen und im Nahverkehr verpflichtend.
- Großveranstaltungen sind bis mindestens 31. August 2020 verboten.

### NOTFALLMECHANISMUS

Ab 50 Neuinfektionen pro 100 000 Einwohner in den letzten sieben Tagen pro Landkreis bzw. kreisfreie Stadt muss ein neues konsequentes, regionales Beschränkungskonzept umgesetzt werden.

**Die Maßnahmen werden dann wieder verschärft!**

### GASTRONOMIE

- Niedersachsen:** Seit dem 25. Mai dürfen Restaurants unter Beachtung der Hygiene- und Abstandsregeln wieder vollständig öffnen.
- Land Bremen:** Alle Gaststätten dürfen mit einer Auslastung von 50% öffnen. Es gilt eine Sitzplatzpflicht. Buffets und Selbstbedienung sind nicht erlaubt.

### TOURISMUS

- Niedersachsen:** Ferienhäuser/-wohnungen, Campingplätze (max. 60% Auslastung, Frist von sieben Tagen für erneute Belegung). Hotels (max. Auslastung 60%). Kommunen entscheiden über Strandöffnungen.
- Land Bremen:** Seit dem 18. Mai dürfen Hotels, Pensionen, Ferienwohnungen, Campingplätze und Jugendherbergen wieder öffnen. Die Anzahl der Gäste muss begrenzt werden.

### SCHULEN

- Niedersachsen:** 25. Mai: Die Jahrgänge 1 bis 13 erhalten Präsenzangebote an mindestens zwei Tagen in der Woche.
- Land Bremen:** Spätestens ab dem 29. Mai sollen alle Jahrgänge wieder an mindestens zwei Tagen in der Woche Präsenzunterricht erhalten.

### KITAS

- Niedersachsen:** Seit 18. Mai: Betreuungsquote 40 Prozent, 8. Juni: 50 Prozent, 1. August: Regelbetrieb
- Land Bremen:** Zusätzlich zur Notbetreuung seit 18. Mai: Kinder mit Sprachförderbedarf und Vorschulkindern aus sozial schwierigen Stadtteilen

### HANDEL

- Niedersachsen:** 25. Mai: Alle personennahen Dienstleistungen sind unter Einhaltung der Hygienekonzepte wieder zugelassen. Die Maskenpflicht bleibt bestehen.
- Land Bremen:** Beschränkung der Kundenzahl: Eine Person pro zehn Quadratmeter. Seit dem 6. Mai: Nagel- und Kosmetikstudios sowie Fußpfleger wieder öffnen. Die Maskenpflicht bleibt bestehen.

### FREIZEIT

- Niedersachsen:** 25. Mai: Freibäder (Beschränkung der Personenzahl, zusätzliche Hygieneanforderungen), Fitnessstudios (Kontaktzeiten und Trainingszeit müssen hinterlegt werden), Outdoor-Freizeiteinrichtungen, z.B. Minigolf, Freizeitparks)
- Land Bremen:** 27. Mai: Öffnung von Fitnessstudios und Sporthallen unter Auflagen. 1. Juni: Freibäder.

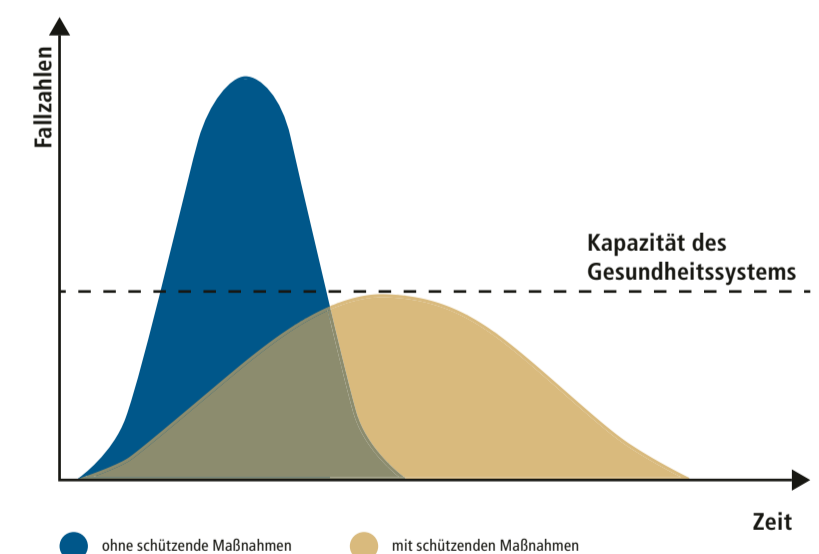
### VERANSTALTUNGEN

- Niedersachsen:** Gottesdienste sind erlaubt. Veranstaltungen mit mehr als 1000 Besuchern bleiben verboten.
- Land Bremen:** Private Feiern mit 20 Personen in geschlossenen Räumen und 50 Personen unter freiem Himmel auf privatem Gelände sind gestattet. Gottesdienste sind erlaubt. Veranstaltungen mit mehr als 1000 Besuchern bleiben verboten.

### PRIVATE KONTAKTE

- Niedersachsen** und **Land Bremen:** Ein Treffen von Menschen zweier Haushalte ist erlaubt. Eine feste Kontaktperson für Besuche in Kliniken und Heimen ist möglich.

## Wirksamstes Mittel ist der Faktor Zeit



## Die richtige Verwendung einer Maske

