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: **869 Fälle (+6)**
Stadt Bremen: **9388 Fälle (+147)**
LK Cuxhaven: **1288 Fälle (+2)**
LK Wesermarsch: **620 Fälle (+12)**
LK Rotenburg: **1145 Fälle (+6)**

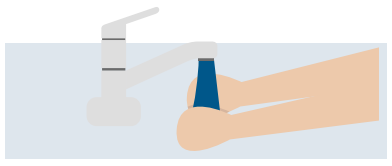
Geheilt
Stadt Bremerhaven: **666 Fälle (+11)**
Stadt Bremen: **7848 Fälle (+232)**
LK Cuxhaven: **1138 Fälle (+9)**
LK Wesermarsch: **454 Fälle (+17)**
LK Rotenburg: **964 Fälle (+34)**

Todesfälle
Stadt Bremerhaven: **16 Fälle**
Stadt Bremen: **109 Fälle (+2)**
LK Cuxhaven: **31 Fälle**
LK Wesermarsch: **9 Fälle**
LK Rotenburg: **10 Fälle**

Abstriche gesamt
Stadt Bremerhaven: **50 198**
Stadt Bremen, LK Cuxhaven, LK Wesermarsch, LK Rotenburg: **keine Angabe**

Quellen: Senat Bremen, Landkreis Cuxhaven, Landkreis Wesermarsch, Landkreis Rotenburg

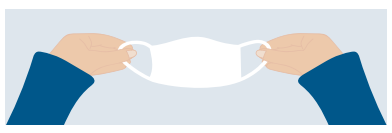
Die richtige Verwendung der Maske

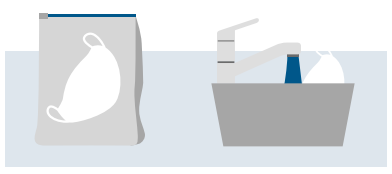

Waschen Sie sich vor dem Aufsetzen und nach dem Absetzen der Maske die Hände mit Seife.

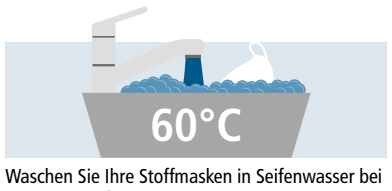
Die Maske muss Mund und Nase bedecken und an den Wangen eng anliegen.

Fassen Sie die Maske während des Tragens nicht an.

Wenn die Maske feucht wird, muss sie gewechselt werden.


Fassen Sie die Maske beim Auf- und Absetzen nur an den Schlaufen an.


Nach dem Tragen die Maske luftdicht verschließen oder direkt waschen.



Waschen Sie Ihre Stoffmasken in Seifenwasser bei 60 Grad. Werfen Sie Einwegmasken nach dem Tragen in den Müll.

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

Für die Landkreise Cuxhaven, 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: **62,8**
Stadt Bremen: **128,1**
Landkreis Cuxhaven: **39,3**
Landkreis Wesermarsch: **120,7**
Landkreis Rotenburg: **82,0**

Ab einem Wert von 50 werden die Maßnahmen wieder verschärft.
Quellen: Magistrat Bremerhaven, Senat Bremen, Landkreis Cuxhaven, Landkreis Wesermarsch, NZ

Corona-Symptome: So unterscheiden sie sich von Erkältung und Grippe

Symptome	Coronavirus	Erkältung	Grippe
Fieber	häufig	selten	häufig
Trockener Husten	häufig	wenig	häufig
Gliederschmerzen	manchmal	häufig	häufig
Halsschmerzen	manchmal	häufig	manchmal
Kopfschmerzen	manchmal	selten	häufig
Müdigkeit	manchmal	manchmal	häufig
Geruchs-/Geschmackslosigkeit	manchmal	nein	manchmal
Produktiver Husten	selten	häufig	selten
Schnupfen	selten	häufig	manchmal
Niesen	nein	häufig	nein

Wichtige Nummern

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

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

Gesundheitsamt Bremerhaven
Wurster Straße 49
27580 Bremerhaven
Telefon: 04 71/5 90 22 81

Gesundheitsamt Landkreis Wesermarsch
Telefon: 0 44 01/92 75 11

Bürgertelefon Gesundheitsamt Landkreis Cuxhaven
Telefon: 0 47 21/66 20 06
Montag bis Freitag: 8 Uhr bis 16 Uhr, Samstag: 9 Uhr bis 13 Uhr
Bitte dreimal klingeln lassen und auflegen, sie werden sobald wie möglich unter der angezeigten Rufnummer zurückgerufen (dies gilt nicht für unterdrückte Rufnummern). Auch bei einem Besetztzeichen wird Ihre Nummer in die Rückrufliste aufgenommen. Alternativ können Sie auch eine E-Mail schreiben an: gesundheitsamt@landkreis-cuxhaven.de.

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

Telefonseelsorge
Telefon: 08 00/1 11 01 11
Zusätzlich gibt es auch die Möglichkeit zum Chatten auf der Website: www.telefonseelsorge.de

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“
Telefon: 0 80 00/11 60 16

Frauenhaus, Beratung und Hilfe
Telefon: 04 71/83 0 01

Frauenhaus im Landkreis Rotenburg
Beratung und Hilfe
Telefon: 0 42 61/9 83 60 61

Kinder- und Jugendnotdienst Bremerhaven
Telefon: 04 71/3 08 72 22

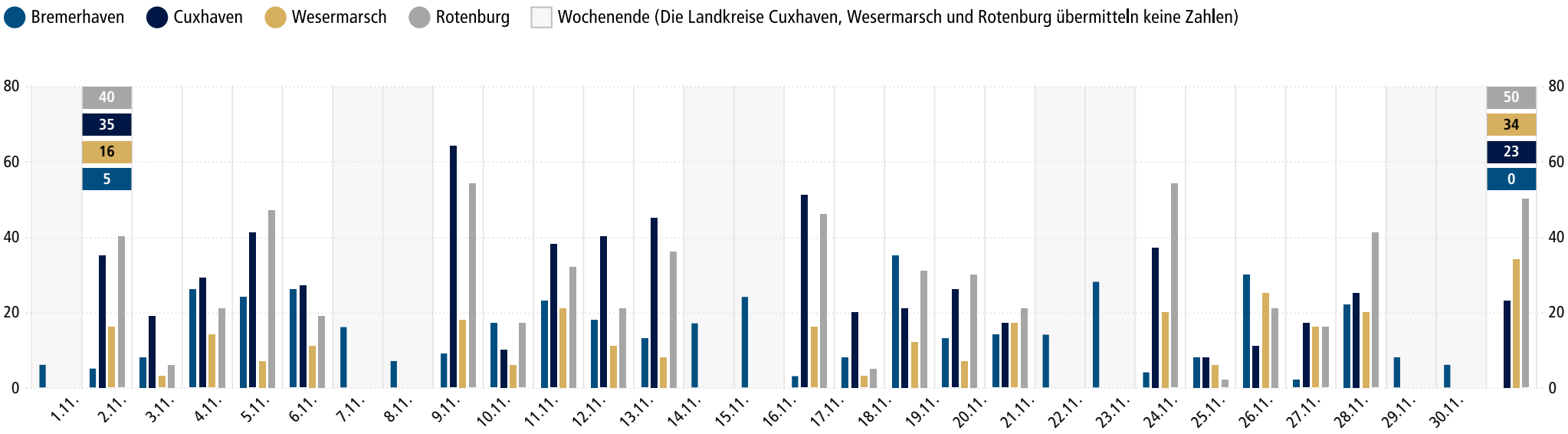
Elterntelefon „Nummer gegen Kummer“ bei psychischer Belastung
Telefon: 08 00/1 11 05 50

Das Auswärtige Amt
hat Reisewarnungen und Infos für Reisende zusammengestellt: 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

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

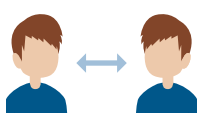
Tägliche Neuinfektionen während des November-Lockdowns

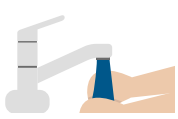


Quellen: Magistrat Bremerhaven, Landkreis Cuxhaven, Landkreis Wesermarsch, Landkreis Rotenburg

Die ergänzten AHA-Regeln

Abstand + **H**ygiene + **A**lltagsmasken

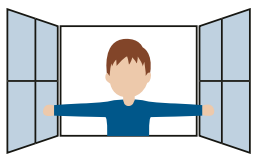

1,5 m


ca. 30 Sekunden Hände, waschen gründlich mit Seife

Mund und Nase bedecken

Corona-Warn-App + **L**üften

auf Smartphones installieren und nutzen


regelmäiges Stoßlüften

Die Corona-Maßnahmen im Dezember im Überblick

CORONA-REGELN IN BREMEN UND NIEDERSACHSEN:

- **Verlängerung des Teil-Lockdowns bis mindestens 20.12.2020:** Gastronomie, Kultur- und Freizeiteinrichtungen bleiben geschlossen.
- **Kontaktbeschränkungen:** Treffen dürfen sich maximal 5 Personen aus 2 Haushalten* (im privaten und öffentlichen Raum)
- **Maskenpflicht:** Gilt zusätzlich auch vor Geschäften und auf Parkplätzen, wo sich Personen auf engem Raum befinden, in Schulen ab der 7. Klasse (nur in Regionen mit einem Inzidenzwert von deutlich über 50) und am Arbeitsplatz, wenn der Abstand nicht eingehalten werden kann
- **Weihnachten:** Ferien beginnen ab dem 19. Dezember. 23.12. bis 1.1.: Treffen mit max. 10 Personen aus mehreren Haushalten erlaubt*
- **Silvester:** Verzicht auf privates Feuerwerk ist empfohlen. Feuerwerk-Verbot an belebten Orten
- **Einzelhandel:** Verkaufsfläche bis zu 800 m²: höchstens eine Person pro 10 m² Verkaufsfläche. Ab 800 m²: höchstens eine Person pro 20 m²
- **Rastanlagen:** Dürfen BerufskraftfahrerInnen bewirten
- **Hotels:** Für Weihnachtsbesuch geöffnet

ZUSÄTZLICH IN BREMEN:

- **Schule:** Bremen stellt den Eltern frei, ob sie ihre Kinder nach dem 18. Dezember noch zur Schule schicken
- **Alkohol:** Glühwein darf draußen verkauft werden, aber nicht in der unmittelbaren Nähe der Verkaufsstätte getrunken werden

ZUSÄTZLICH IN NIEDERSACHSEN:

- **Kontakte:** Ausgenommen von den Beschränkungen auf zwei Haushalte sind Verwandte und Verschwägerte in gerader Linie. Die Höchstzahl der Personen über 14 Jahren ist davon unberührt

*ausgenommen Kinder bis 14 Jahre

Quellen: Landkreis Cuxhaven, Landkreis Wesermarsch, Landkreis Rotenburg, Land Bremen, Land Niedersachsen, Robert Koch Institut, Bundesregierung, Bundesgesundheitsministerium, BZgA, BfArM, Westdeutsche Allgemeine Zeitung, dpa, SignerLaboratory, Tagesschau, Verbraucherzentrale, Icons: flaticon.com, Grafiken: NZ/Schnibbe/Gausmann