

gent:



Stop samen met ons het coronavirus



Help us stop the coronavirus



NEDERLANDS **ENGELS**

De gouden regels



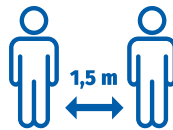
Was vaak je handen



Wees voorzichtig met ouderen en zieken



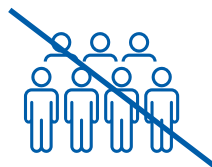
Spreek buiten af



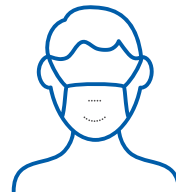
Hou afstand (1,5 meter)



Beperk je contacten



Kom niet in groep samen



Draag een mondkapje

The golden rules



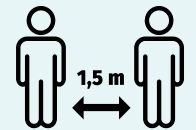
Wash your hands regularly



Be extra careful when you're around old and ill people



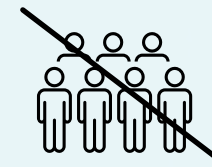
Meet up outside



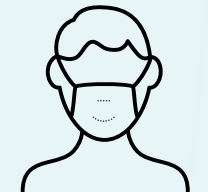
Keep your distance (1.5 meters)



Limit your contacts



Do not meet up in groups



Wear a face mask

Waar en hoe gebruik je een mondmasker?

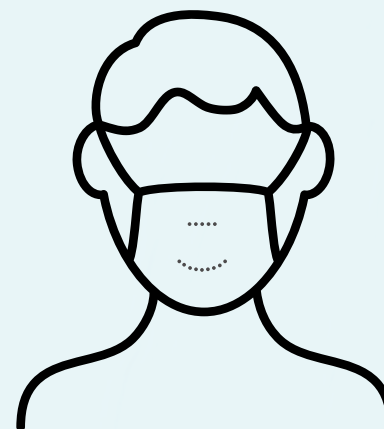
- >> Neem altijd een mondmasker mee.
- >> Draag het mondmasker waar dit verplicht is. En op drukke plaatsen waar je geen afstand kunt houden van andere mensen.
- >> Het mondmasker moet je neus én mond bedekken.
- >> Lees de geldende maatregelen op www.info-coronavirus.be.



In Gent moet je een mondmasker dragen in het hele winkelwandelgebied, net als in enkele drukker straten erbuiten. De verplichting geldt ook voor fietsers, skaters en steppers. Dit gebied kan veranderen door de coronatoestand. Je vindt een kaartje op www.stad.gent/corona.

Where and how to use a face mask?

- >> Always carry a face mask with you.
- >> Wear a face mask wherever this is required. And in crowded places where you cannot keep your distance from other people.
- >> The face mask should cover both your nose and mouth.
- >> Read the applicable measures at www.info-coronavirus.be.



In Gent, you are required to wear a face mask throughout the shopping area and in some busier streets outside that area. This rule also applies to cyclists, skaters and scooter drivers. This area may change due to the corona situation. You can find a map on www.stad.gent/corona.

Je voelt je ziek



1 Bel een huisarts of het nummer **1733** (van 19 tot 8 uur en in het weekend). Zeg of je in het buitenland geweest bent.

2 De arts beslist of een test nodig is en maakt een afspraak.



3 Heb je een afspraak voor een test? Blijf dan thuis in quarantaine.

4 Laat de test(s) afnemen:

- Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
- Test je negatief (je bent niet besmet) en ben je niet in het buitenland geweest? Je hoeft niet meer in quarantaine te blijven.
- Test je negatief en ben je in het buitenland in een rode zone geweest? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na je terugkeer uit het buitenland. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



5 Noteer alvast de gegevens van de personen met wie je de laatste 2 weken langer dan 15 minuten op minder dan 1,5 meter in contact kwam: naam, telefoonnummer, adres, geboortedatum en e-mailadres.

You're feeling ill



1 Call a general practitioner or call 1733 (from 7pm to 8am and on weekends). Inform the doctor if you have travelled abroad.

2 The doctor decides whether a test is necessary and will make an appointment.



3 Do you have an appointment for a test? Then self-quarantine in the meantime.

4 Have the test(s) taken:

- Is your test positive (you are infected)? Stay in quarantine and follow your doctor's instructions.
- Is your test negative (you are not infected) and you did not travel abroad? You do not need to self-quarantine anymore.
- Is your test negative and have you travelled to a red zone? Stay in quarantine until 14 days after your return to Belgium. Only after a second negative test you might be allowed to get out of quarantine earlier. Discuss this with your general practitioner.



5 Make a note of the details of anyone you have been in contact with in the last 2 weeks for more than 15 minutes and at a distance of less than 1.5 meters: name, telephone number, address, date of birth and e-mail address.

Je komt uit het buitenland en voelt je niet ziek

Langer dan 48 uur in het buitenland geweest?

Je bent verplicht het formulier **Passenger Locator Form** in te vullen. Doe dit 48 uur voor je terugkomt uit het buitenland. Je vindt het formulier op travel.info-coronavirus.be. Neem het formulier en de code die je gekregen hebt altijd mee op je afspraken.

Check op de dag van je terugkeer de **kleurcode** van het gebied dat je bezocht hebt op diplomatie.belgium.be:

- >>Kom je uit een gebied met code rood, dan ben je verplicht om de stappen hieronder te volgen.
- >>Kom je uit een gebied met code oranje, dan raden we je aan om de stappen hieronder te volgen.



- 1 Maak een afspraak met het testcentrum op gent.testcovid.be of **09 210 10 40**. Gebruik de code die je gekregen hebt bij het invullen van het formulier 'Passenger Locator Form'. Of bel 09 210 10 40 voor ondersteuning bij het registreren. Voor alle andere vragen, bel **0800 14 689**.



- 2 Blijf 14 dagen thuis in quarantaine.
- 3 Laat de test(s) afnemen in het testcentrum van AZ Jan Palfijn. Neem je 'Passenger Locator Form' mee:
 - a. Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
 - b. Test je negatief (je bent niet besmet)? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na je terugkeer uit het buitenland. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



You have returned from abroad and you do not feel ill

Did you spend longer than 48 hours abroad?

You are required to complete the **Passenger Locator Form**. You should do so 48 hours before you return from abroad. You can find the form on travel.info-coronavirus.be. Always take the form and the code you received with you on your appointments.

On the day of your return, check the **colour code** of the area you visited on diplomatie.belgium.be:

- >>If you return from an area with code red, you are required to follow the steps below.
- >>If you return from an area with code orange, we advise you to follow the steps below.



- 1 Make an appointment with the test center at gent.testcovid.be or **09 210 10 40**. Use the code you received when filling out the 'Passenger Locator Form'. Or call 09 210 10 40 to get support during registration. For all other questions, call **0800 14 689**.



- 2 Self-quarantine for 14 days.
- 3 Have the test(s) taken at the test center of AZ Jan Palfijn. Take your 'Passenger Locator Form' with you:
 - a. Is your test positive (you are infected)? Stay in quarantine and follow your doctor's instructions.
 - b. Is your test negative (you are not infected)? Stay in quarantine until 14 days after your return to Belgium. Only after a second negative test you might be allowed to get out of quarantine earlier. Discuss this with your general practitioner.



Een contactonderzoeker contacteert je, je voelt je niet ziek

Wat is contactonderzoek?

Als je corona hebt of onlangs in contact geweest bent met iemand die corona heeft, contacteert een contactonderzoeker je. Je krijgt dan:

- >> een telefoontje van het nummer 02 214 19 19
- >> een sms van het nummer 8811
- >> of een bezoekje

Tip: sla deze nummers op in je gsm zodat je ze meteen herkent. De contactonderzoeker vraagt met wie je onlangs contact hebt gehad. De contactonderzoeker contacteert deze mensen. Als er risico is dat zij corona hebben, vraagt de contactonderzoeker hen een test te doen. Zo ontdekken we sneller wie corona heeft en besmetten we minder mensen.

Werk mee aan het contactonderzoek en help ons levens te redden.



- 1 Maak een afspraak met het testcentrum op gent.testcovid.be of **09 210 10 40**. Gebruik de code die je gekregen hebt bij het invullen van het formulier 'Passenger Locator Form'. Of bel 09 210 10 40 voor ondersteuning bij het registreren. Voor alle andere vragen, bel **0800 14 689**.



- 2 Blijf 14 dagen thuis in quarantaine.

- 3 Laat de test(s) afnemen in het testcentrum van AZ Jan Palfijn:
 - a. Test je positief (je bent besmet)? Blijf in quarantaine en volg de instructies van je arts.
 - b. Test je negatief (je bent niet besmet)? Blijf in quarantaine tot 14 dagen na het laatste risicocontact. Alleen na een tweede negatieve test kun je misschien vroeger uit quarantaine. Bespreek dit met je huisarts.



A contact tracer will contact you, you do not feel ill

What is contact tracing?

If you have corona or have recently been in contact with someone who has corona, a contact tracer will contact you. You will get:

- >> a phone call from the number 02 214 19 19
- >> a text message from the number 8811
- >> or a visit

Tip: store these numbers in your cell phone so you can identify them immediately.

The contact tracer will ask you with whom you recently had contact. The contact tracer will contact these people. If they are at risk of getting corona, the contact tracer will ask them to get tested. In this way, we can identify people with corona sooner and fewer people will get infected.

Be cooperative with contact tracing and help us save lives.



- 1 Make an appointment with the test center at gent.testcovid.be or **09 210 10 40**. Use the code you received when filling out the 'Passenger Locator Form'. Or call 09 210 10 40 to get support during registration. For all other questions, call **0800 14 689**.



- 2 Self-quarantine for 14 days.

- 3 Have the test(s) taken at the test center of AZ Jan Palfijn:
 - a. Is your test positive (you are infected)? Stay in quarantine and follow your doctor's instructions.
 - b. Is your test negative (you are not infected)? Stay in quarantine until 14 days after your return to Belgium. Only after a second negative test you might be allowed to get out of quarantine earlier. Discuss this with your general practitioner.



Wat is quarantaine?

Je moet in quarantaine als je ziek bent of zou kunnen zijn. Bijvoorbeeld als je naar een land geweest bent met veel besmettingen. Of als je in contact gekomen bent met iemand die besmet is.



Blijf 14 dagen thuis

- > Blijf thuis. Je mag in je eigen tuin of op je eigen terras zitten.
- > Laat geen andere mensen binnen in je huis dan zij die er wonen.
- > Vermijd zoveel mogelijk fysiek contact met je huisgenoten.
- > Ga alleen naar buiten als het echt moet: om eten te kopen, naar de dokter te gaan of medicijnen te halen. Draag dan altijd een mondkapje. Vraag iemand anders om je boodschappen te doen, als dat kan.
- > Ventilatie van je huis goed.



Volg je gezondheid goed op

- > Meet 2 keer per dag je temperatuur.
- > Bel je huisarts als je symptomen hebt (ademhalingsproblemen, hoesten, keelpijn, ...) en laat je opnieuw testen.



Zorg voor een goede hygiëne

- > Gebruik nooit dezelfde spullen als je huisgenoten.
- > Gebruik een ander toilet en badkamer dan je huisgenoten, als dat kan.
- > Poets dingen die je veel aanraakt elke dag (deurklinken, tafel, ...).



Ga niet naar het werk of naar school

- > Telewerk als dat kan.
- > Vraag aan je huisarts een quarantaine-attest voor je werkgever. Je krijgt dat ook als een contactonderzoeker je belt. Met dat attest krijg je een vergoeding.

What is quarantine?

You need to be quarantined if you are or could be ill. For example, if you have travelled to a country with a high infection rate. Or if you have had contact with an infected person.



Stay at home for 14 days

- > Stay at home. You are allowed to sit in your own garden or on your own terrace.
- > Do not allow other people into your house, except for those who usually live with you.
- > Avoid physical contact with your housemates as much as possible.
- > Only go outside when you really have to: to buy food, go to the doctor or get medication. Always wear a face mask. Ask someone else to do your shopping, if possible.
- > Ventilate your house well.



Monitor your health closely

- > Measure your temperature twice a day
- > Call your general practitioner if you have symptoms (breathing problems, a cough, a sore throat, ...) and get tested again.



Ensure proper hygiene

- > Do not share objects with your housemates.
- > If possible, use another toilet and bathroom than your housemates.
- > Objects you touch a lot should be cleaned daily (door handles, table, etc.).



Do not go to work or to school

- > Work from home if you can.
- > Ask your general practitioner for a quarantine certificate for your employer. You will also receive a quarantine certificate if a contact tracer calls you. This certificate will entitle you to compensation.

Wanneer krijg je je testresultaat?

Ben je besmet? Je huisarts belt je zo snel mogelijk.
Hoor je niks binnen de 48 uur, dan ben je niet besmet.
Je kunt ook altijd zelf je resultaat raadplegen via
www.mijngezondheid.be.

“Ik hou mij aan de regels. Zo worden andere mensen niet ziek. En zo kunnen we sneller terug normaal leven.”

Ibrahim H.

When will you get your test result?

Have you been infected? Your general practitioner will call you as soon as possible.
If you do not hear back from your doctor within 48 hours, you are not infected.
You can always consult your results yourself at
www.mijngezondheid.be.

“I’m following the rules. That way, other people won’t get ill and our lives can get back to normal sooner.”

Ibrahim H.

Verdere info

Gentse dienstverlening: www.stad.gent/corona

Huidige coronatoestand: www.info-coronavirus.be

Vragen over corona: bel de coronalijn 0800 14 689

More information

Services provided by Stad Gent: www.stad.gent/corona

Current corona situation: www.info-coronavirus.be

Questions about corona: call the corona line 0800 14 689

Dit is een vertaling naar het Engels van de brochure "Stop samen met ons het coronavirus". Ze bevat identiek dezelfde informatie als de Nederlandse tekst. Deze vertaling mag alleen verspreid worden met de originele brontekst "Stop samen met ons het coronavirus."