



# Sehr geehrte Einwohnerinnen und Einwohner,



das neue Coronavirus und seine Folgen erschweren Ihnen den Alltag und bereiten große Sorgen. Der Landkreis Rostock ist für Sie da, um diese besondere Situation zu bewältigen. Wir müssen die Ausbreitung der Viruserkrankung verlangsamen. Das schaffen wir nur gemeinsam! Äußerlich halten wir alle jetzt Abstand, innerlich rücken wir aber zusammen.

Der Landkreis Rostock hat in Abstimmung mit dem Land Mecklenburg-Vorpommern tiefgreifende Infektionsschutzmaßnahmen ergriffen, um die Ausbreitung des neuen Coronavirus einzudämmen.

Halten Sie sich bitte an die neuen Regeln, damit wir unsere Liebsten schützen und unser Gesundheitssystem leistungsfähig halten. Dieses Flugblatt informiert darüber.

Der Landkreis Rostock arbeitet jeden Tag mit seinem Verwaltungsstab, der dazugehörigen Koordinierungsgruppe und seinen Beschäftigten an der Bewältigung dieser besonderen Lage.

Die Städte, Ämter und Gemeinden mit Ihren Mitarbeiter\*innen helfen vor Ort und arbeiten eng mit uns zusammen. Unsere Mitarbeiter\*innen in der Kreisverwaltung und den Kommunen sind mit hohem persönlichen Einsatz für Sie da. Wir stellen damit den Infektionsschutz und das Gesundheitswesen sicher. Die Versorgung und das eingeschränkte öffentliche Leben erhalten wir aufrecht.

Ich bitte Sie darum, Solidarität und Miteinander zu leben, damit wir diese besondere Situation im Landkreis Rostock gemeinsam bewältigen und dabei Ruhe bewahren.

*Ihr Sebastian Constien, Landrat*

## Informationen

Der Landkreis Rostock informiert stets aktuell und verlässlich hier:

[www.landkreis-rostock.de/corona](http://www.landkreis-rostock.de/corona)

Facebook: @kreisrostock

Twitter: @kreis\_rostock

### **Bürgertelefon des Landkreises Rostock**

03843 / 755 6 9999  
(Mo–Fr 07:00–22:00 Uhr,  
Sa/So 08:00–16:00 Uhr)

### **Weitere Bürgertelefone**

#### **Bürgertelefone des Sozialministeriums M-V**

*zur Kindertagesbetreuung:*  
0385 / 588-1997 oder -1998 oder  
-1999

*zur Pflege und sozialen  
Einrichtungen:* 0385 588 19995

#### **Bürgertelefone des Wirtschafts- und Gesundheitsministeriums M-V**

*Für Bürgerinnen und Bürger*

0385-588 5888.

*Für Unternehmen/Unternehmer\*  
innen:* 0385 588 5588

#### **Bürgertelefon des Ministeriums für Bildung, Wissenschaft und Kultur**

0385 588 7174

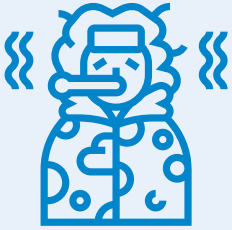
#### **Bürgertelefon des Landesamtes für Gesundheit und Soziales**

0385 588 5888

#### **Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit**

030 346 465 100

# Erkältungssymptome? Was ist zu tun?



Wenn Sie in einem Risiko- bzw. Fallgebiet waren oder wenn Sie Kontakt mit einem Infizierten hatten, dann müssen Sie sich sofort in Quarantäne begeben!

Rufen Sie Ihren Hausarzt an. Dieser entscheidet, ob eine Untersuchung im Abstrichzentrum vorgenommen wird. Der Zutritt zu einem Abstrichzentrum ist nur mit einer speziellen Überweisung und Voranmeldung vom Hausarzt möglich.

## **Ansonsten gilt: Abstand zu anderen halten! Regelmäßige Händehygiene!**

Gute Belüftung der Wohn- und Schlafräume! Haushaltsgegenstände (nicht mit anderen teilen, ohne diese zuvor wie üblich zu waschen. Andere nicht anniesen oder anhusten. Wenn kein Taschentuch zur Hand ist, in die Armbeuge husten oder niesen.

## **So können Sie sich vor Ansteckung schützen:**

Meiden Sie alle Möglichkeiten, mit vielen Menschen in Kontakt zu kommen. Halten Sie äußerlich Abstand. Achten Sie darauf, dass Ihre Kinder möglichst keinen Kontakt mit anderen Kindern und Erwachsenen haben. **Spielplätze sind tabu!** Bleiben Sie zu Hause, wann immer möglich. Reisen absagen oder verschieben. Möglichst nur für Versorgungsgänge rausgehen; Abstand von einem bis zwei Metern zu anderen Personen halten.

Wie bei Grippe (Influenza) und anderen akuten Atemwegsinfektionen schützen die Hust- und Niesregeln, gute Händehygiene sowie Abstand zu Erkrankten auch vor einer Übertragung des neuen Corona-Virus. Auch aufs Händeschütteln müssen sie verzichten. Generell sollten Menschen, die Atemwegssymptome haben, nach Möglichkeit zu Hause bleiben. (Empfehlung des Robert-Koch-Instituts)

## **Sie sind älter als 60 Jahre und haben Vorerkrankungen?**

Dann sollten sie besonders achtsam sein. Denn Menschen, die älter als 60 Jahre sind, haben ein großes Risiko auf einen schweren Krankheitsverlauf im Falle einer Infektion. Sie sollten sich deshalb ganz besonders schützen und aus dem öffentlichen Leben zurückhalten. Auch die Familienangehörigen sollten jetzt bei Ihnen nicht zu Besuch kommen. Pflegeheime sind für Besucher\*innen geschlossen.

## **Sie sind gerade aus dem Urlaub oder von einer Reise zurückgekehrt?**

Dann melden Sie sich zunächst telefonisch bei Ihrem Arbeitgeber. Mit ihm besprechen Sie, ob Sie in Heimarbeit zu Hause bleiben können. Arbeitgeber sind gebeten, pragmatische Lösungen zu finden und so weit wie möglich Heimarbeit insbesondere für Berufspendler zu ermöglichen. Vorerst dürfen Sie medizinische Einrichtungen nicht betreten.

## **Alle Veranstaltungen sind abgesagt.**

### **Sie wollen sich trotzdem mit Freunden treffen?**

Es ist besser, Sie telefonieren jetzt miteinander. Auch sollten Sie grundsätzlich zu anderen Abstand halten. Ebenfalls sind öffentliche Einrichtungen wie Museen geschlossen. Bei allen diesen drastischen Maßnahmen geht es einzig und allein darum, dem Virus Einhalt zu gebieten.



# Tipps für die Zeit zu Hause

## Strukturieren Sie den Tag.

Planen Sie z. B. feste Essenszeiten, Zeiten zum Lernen oder Spielen oder Basteln.

Beziehen Sie Ihr Kind in die Planungen ein. Auch feste Zeiten, sich über die aktuelle Situation zu informieren, können dazugehören.

- Bleiben Sie mit Familie und Freunden in Kontakt, z. B. über Telefon und soziale Medien.
- Wenn Sie sich niedergeschlagen fühlen, zögern Sie nicht, sich frühzeitig Hilfe und Unterstützung zu suchen. Ihre Familie oder Ihr weiteres soziales Umfeld können dafür ein wichtiger Rückhalt sein.

## Die Telefonseelsorge kann ebenfalls eine Anlaufstelle sein (Tel. 0800-111 0 111 oder 0800-111 0 222 oder 116 123).

- Bleiben Sie körperlich aktiv: Auch auf begrenztem Raum kann Sport betrieben werden, z. B. durch Übungen auf einem Stuhl oder auf dem Boden. Hierzu gibt es im Internet viele Hinweise und Anregungen.
- Bleiben Sie auch mental aktiv, z. B. durch Lesen, Schreiben, (Denk-)Spiele usw.
- Probieren Sie Entspannungsübungen aus, wenn Sie sich angespannt fühlen. Es gibt auch für Ungeübte Entspannungstechniken, die leicht erlernbar sind. Auch hierzu gibt es im Internet viele Hinweise und Anregungen.
- Seien Sie kritisch: Es sind viele Falschinformationen im Umlauf. Informieren Sie sich bei vertrauenswürdigen Quellen, z. B. auf der Webseite des Robert-Koch-Instituts ([www.rki.de](http://www.rki.de)).

Auch das Bundesgesundheitsministerium, die Landesministerien und die Gesundheitsämter stellen gesicherte Informationen bereit. Seriöse Ansprechperson ist natürlich auch Ihr Hausarzt/Ihre Hausärztin.

- Versuchen Sie, den Medienkonsum in Bezug auf dieses Thema bewusst zu gestalten. Setzen Sie sich z. B. feste Zeiten, in denen Sie neue Nachrichten und Informationen recherchieren.
- Bewahren Sie sich eine positive Grundhaltung und orientieren Sie sich an Werten, die Ihnen Halt geben (z. B. Familie, soziales Netz, Glaube).



# Arbeit und Erreichbarkeit der Kreisverwaltung

Die Kreishäuser sind zwar für den Besucherverkehr geschlossen, Sie erreichen uns jedoch telefonisch, per E-Mail, Brief und Fax. Die dafür notwendigen Sprechzeiten haben wir ausgeweitet, damit zwingend notwendige persönliche Termine stattfinden können. Diese Termine vergeben wir telefonisch.

## Postanschrift:

Landkreis Rostock | Am Wall 3-5 | 18273 Güstrow  
Außenstelle: August-Bebel-Straße 3 | 18209 Bad Doberan  
E-Mail: [info@lkros.de](mailto:info@lkros.de)  
[www.landkreis-rostock.de](http://www.landkreis-rostock.de)

## Dezernat I

Schulverwaltungs- und Kulturamt ..... **03843 755-40999**  
Sozialamt ..... **03843 755-50999**  
Jugendamt ..... **03843 755-51999**  
Fachdienst Integration und Unterbringung  
von Flüchtlingen ..... **03843 755-50399**

## Dezernat II

Amt für Service und Gebäudemanagement  
..... **03843 755-10999**  
Kreisordnungsamt ..... **03843 755-32999**  
Veterinär- und Lebensmittelüberwachungsamt  
..... **03843 755-39999**  
Gesundheitsamt ..... **03843 755-53999**

## Dezernat III

Amt für Kreisentwicklung ..... **03843 755-61999**  
Kataster- und Vermessungsamt ..... **03843 755-62999**  
Gutachterausschuss ..... **03843 755-62998**  
Bauamt ..... **03843 755-63999**

## Amt für Straßenbau und Verkehr

für die Kfz-Zulassung  
Standort Güstrow ..... **03843-75565997**  
für die Kfz-Zulassung  
Standort Bad Doberan ..... **03843-75565994**  
für die Fahrerlaubnisbehörde  
Standort Güstrow ..... **03843-75565998**  
für die Fahrerlaubnisbehörde  
Standort Bad Doberan ..... **03843-75565995**  
für die Straßenverkehrsbehörde  
Standort Güstrow ..... **03843-75565992**  
für die Straßenverkehrsbehörde  
Standort Bad Doberan ..... **03843-75565996**

**Umweltamt** ..... **(03843) 755-66999**

## Eigenbetrieb Abfallwirtschaft

..... **(03843) 755-70999**  
..... [www.abfall-lro.de](http://www.abfall-lro.de)

Der Eigenbetrieb Abfallwirtschaft hat seinen Standort in Güstrow für den Publikumsverkehr geschlossen. Alle An-  
gelegenheiten zur Abfallentsorgung können bequem per  
Telefon, Fax oder E-Mail erledigt werden. Umfangreiche  
Informationen erhalten Sie auch auf der Webseite.

Die Wertstoffhöfe sind geöffnet.

Wir bitten darum, Abfälle und Wertstoffe nur in zwingend  
notwendigen Fällen anzuliefern. Die Annahme erfolgt in  
strikter Einzelabfertigung, was zu Wartezeiten führen kann.  
Fahrzeugführer müssen während der Wartezeit zwingend  
im Fahrzeug verbleiben.

## Impressum

### Herausgeber und V.i.S.d.P.:

Landkreis Rostock  
Der Landrat Herr Sebastian Constien  
Am Wall 3-5, 18273 Güstrow  
Telefon: +49 3843 755-0  
Fax: +49 3843 755-10800  
E-Mail: [presse@lkros.de](mailto:presse@lkros.de)

Webseite: [www.landkreis-rostock.de](http://www.landkreis-rostock.de)  
Der Landkreis Rostock ist eine Körperschaft  
des öffentlichen Rechts und wird vertreten  
durch den Landrat oder einen seiner Stellvertreter.  
2020, 130.000 Exemplare, 1. Auflage  
Stand: 20. März 2020

Bildnachweise befinden sich direkt  
an den jeweiligen Fotos

### Druck:

Nordkurier Druck GmbH und Co. KG  
Flurstraße 2  
17034 Neubrandenburg