

TEST- EN QUARANTAINEREGELS 28/01/2022

1

Ik had een hoogrisicocontact maar heb (nog) geen symptomen



Ik ben gevaccineerd



Ik ben niet gevaccineerd

Volledig



- Je bent 18 jaar of ouder en je kreeg je laatste prik of booster minder dan 5 maanden geleden.
- Je bent tussen 12 en 18 jaar en kreeg je basisvaccinatie minimum 14 dagen geleden.
- Je hebt een herstelcertificaat minder dan 5 maanden oud.

Gedeeltelijk



- Je bent 18 jaar of ouder en je laatste prik is meer dan 5 maanden geleden.
- Je hebt nog geen booster gekregen.



10 dagen quarantaine

Je mag uit quarantaine vanaf dag 7 als je dagelijks een negatieve zelftest aflegt tot en met dag 10. Wees voorzichtig tot en met dag 10.



! Kan een besmette huisgenoot zich niet isoleren? Blijf dan voorzichtig tot en met dag 20!



7 dagen quarantaine



Je mag uit quarantaine vanaf dag 4 als je dagelijks een negatieve zelftest aflegt tot en met dag 7. Wees voorzichtig tot en met dag 10.



Is er een besmetting in je gezin? Neem dan een extra zelftest af op dag 10.



2

Ik voel me ziek. Moet ik een test doen?
Ben je ernstig ziek? Neem dan contact op met je arts.



Ga in quarantaine en vul de zelfevaluatiETOOL in op www.mijngezondheid.be

PCR- of sneltest nodig? Ja

Maak afspraak in testcentrum of apotheek



PCR- of sneltest nodig? Neen

Je hoeft verder niets te doen



PCR- of sneltest is positief
7 dagen isolatie

Na 7 dagen mag je uit isolatie als je minstens 3 dagen koortsvrij bent en de klachten verbeterd zijn. Wees voorzichtig tot en met dag 10. Je hoeft geen zelftest meer af te leggen op het einde van de isolatie.



De PCR- of sneltest is negatief

Ik had een hoogrisicocontact

Ja

Volg schema 1

Neen

Stop quarantaine

3

Ik heb een positieve zelftest



Ga in isolatie en vraag een code voor een PCR-test via het contactcenter op 02 214 19 19 of via www.mijngezondheid.be

PCR-Test is positief? Ga 7 dagen in isolatie

Na 7 dagen mag je uit isolatie als je minstens 3 dagen koortsvrij bent en de klachten verbeterd zijn. Wees voorzichtig tot en met dag 10. Je hoeft geen zelftest meer af te leggen op het einde van de isolatie.



PCR-Test is negatief
Je mag uit isolatie en uit quarantaine

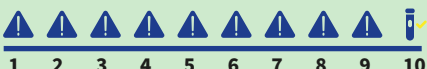


Geen PCR-test
Geen quarantaine

Wees voorzichtig en alert op symptomen tot en met dag 10



Is er een besmetting in je gezin? Neem dan een zelftest af op dag 10.



! Kan een besmette huisgenoot zich niet isoleren? Blijf dan voorzichtig tot en met dag 20!

**Ik heb een hoogerisicocontact in mijn gezin/
internaat/kamp/instelling
maar heb (nog) geen symptomen**

**Ik was al besmet
de laatste 5 maanden**

Ja

Neen

Je mag naar school



Wees voorzichtig

**Draag een mondmasker binnen.
Houd afstand van kwetsbare
personen.** Doe geen activiteiten
waarbij je binnen je mondmasker
mag afzetten.

Je mag naar school



Wees voorzichtig

Kinderen mogen de quarantaine **uitsluitend**
verlaten om naar **school** of de crèche te gaan.
Wees voorzichtig: draag steeds een mond-
masker binnen. Houd afstand van kwetsbare
personen. Doe geen activiteiten waarbij je
binnen je mondmasker mag afzetten.



**! Kan de besmette huisgenoot zich niet
isoleren? Blijf voorzichtig tot en met dag
20!**



Ik heb symptomen of ben ziek



**Ga in quarantaine en vul de zelfevaluatiETOOL in
op www.mijngezondheid.be**

PCR- of sneltest nodig?



Neen → Je mag naar school

PCR- of sneltest nodig?



Ja → **Maak een afspraak in
testcentrum of apotheek**

PCR- of sneltest is negatief

Je mag naar school

Ik heb een positieve zelftest



Volg schema

3

PCR-Test is positief

7 dagen isolatie



Wees voorzichtig

Heb je minstens **3 dagen geen koorts**
meer? En zijn je **klachten verbeterd**? Dan
mag je na **7 dagen** uit isolatie.
Wees voorzichtig tot en met dag 10: draag
een mondmasker binnen en houd afstand
van kwetsbare personen.
Je hoeft geen zelftest meer af te leggen op
het einde van de isolatie.



TEST- EN QUARANTAINEREGELS MIDDELBARE SCHOLEN 28/01/2022



Ik heb symptomen of ben ziek



Ga in quarantaine en vul de zelfevaluatiETOOL in op www.mijngezondheid.be

PCR- of sneltest nodig ?
Neen → Je hoeft niets te doen
je mag naar school



PCR- of sneltest nodig?
Ja → Maak een afspraak in test-centrum of apotheek



Ik heb een positieve zelftest



Volg schema

3

Ik had een hoogrisicocontact in het gezin/internaat kamp maar heb (nog) geen symptomen

Volg schema

1

De PCR-of sneltest is negatief

Je mag naar school

PCR-Test is positief
7 dagen isolatie
Wees voorzichtig



- Heb je **minstens 3 dagen geen koorts** meer? En zijn je klachten **verbeterd**? Dan mag je na 7 dagen uit isolatie.
- Wees **voorzichtig** tot en met **dag 10**: draag een mondkapje binnen en houd afstand van kwetsbare personen.
- Je hoeft geen zelftest meer af te leggen op het einde van de isolatie.



Er gebeurt geen contactopsporing meer in de scholen. Klasgenoten en leerkrachten zijn laagrisicocontacten omdat er in de klas een mondkapje wordt gedragen.

HRC

Je had een **hoogrisicocontact** wanneer je in **totaal langer dan 15 min** op minder dan 1,5 meter afstand contact had met een besmet persoon terwijl je geen mondkapje droeg. Bijvoorbeeld 3 x 5min. Je bent HRC via het gezin/internaat/kamp of instelling.



Quarantaine: je mag je huis uitsluitend verlaten in uiterste nood en altijd mét een mondkapje: naar de apotheek, dokter of supermarkt mag alleen als je geen andere oplossing hebt. Ontvang geen bezoek. Wees voorzichtig.



Isolatie: je mag je huis niet verlaten en moet je volledig afzonderen van je huisgenoten. Beperk je contacten tot het strikte minimum. Ontvang geen bezoek. Wees voorzichtig.



Wees voorzichtig: mijd kwetsbare personen, respecteer afstand, draag continu je mondkapje binnen (liefst FFP2), blijf telewerken. Doe geen activiteiten waarbij je binnen je mondkapje mag afzetten, bijvoorbeeld op restaurant gaan. Kinderen jonger dan 6 jaar moeten geen mondkapje dragen.



Je hebt één of meerdere **klachten**: verkoudheid, keelpijn, kortademig, koorts, spierpijn, vermoeidheid, diarree, smaak- of reukverlies. **Indien u ernstig ziek bent en uw toestand snel achteruit gaat, neem dan altijd contact op met een arts.**