

## **Corona-Regeln**

- Bitte hilf mit, die Ansteckungsgefahr durch das Corona-Virus zu reduzieren.
- Das Corona-Virus überträgt sich über die Luft und das Sprechen, wenn zu wenig Abstand eingehalten wird.

### **Abstand halten!**

- Um andere Menschen zu schützen, musst Du mindestens 1,5 Meter Abstand halten. Das sind ungefähr drei Schritte.
- Auch wenn Du dich gesund fühlst, kannst Du infiziert sein und andere anstecken.
- Vermeide Körperkontakt, wie Umarmungen und Händeschütteln.

### **Mund-Nasen-Schutz! (Maske)**

- Der Mund-Nasen-Schutz verringert das Risiko andere anzustecken.
- Jeder soll seine eigene Maske tragen.
- Wechsel die Maske regelmäßig oder wasche Deine Stoffmaske und tausch sie nicht mit anderen.
- Man muss die Maske beim Einkaufen, in der Schule und im Bus tragen.

### **Aufenthalt in geschlossenen Räumen!**

- Trage in allen geschlossenen Räumen (z.B. Kirchen und Moscheen) eine Maske. Die Räume sind alle 20 Minuten zu lüften.
- Wichtig ist, beim Betreten und Verlassen der Räume auf den Abstand zu achten.

### **Freunde und Familie treffen**

- Bitte verzichte auf private Feiern und Zusammenkünfte, auch um Eltern und Großeltern zu schützen. Nur so kann man die Ausbreitung des Virus reduzieren.
- Auch bei Familientreffen soll man auf Umarmungen, Küsse und Händeschütteln verzichten.

### **Sich und andere schützen!**

- Wasche Dir oft und lange die Hände.
- Gründliches Waschen mit Seife tötet Coronaviren ab.
- Fasse Dir nicht mit den Händen ins Gesicht.
- Huste und niese in die Armbeuge und nicht in die Hand.

### **Ich fühle mich krank, was ist zu tun?**

- Gehe bei Symptomen nicht in die Schule oder zur Arbeit. Bitte beim Hausarzt anrufen, nicht in die Praxis gehen. Am Telefon wird alles weitere besprochen.
- Wenn Du ins Krankenhaus gehen musst, bitte bei der Ankunft alle Beschwerden offen benennen. Nur so kann Dir geholfen werden. Das St. Martinus Hospital-Olpe ist für Erkrankungen durch Corona zuständig.

### **Reisen und Risikogebiete**

Verzichte auf Reisen. Wenn Du aus einem Risikogebiet kommst, musst Du direkt nach Hause in Quarantäne gehen und Dich beim Gesundheitsamt melden.

Informationen hierzu unter [www.kreis-olpe.de/Corona](http://www.kreis-olpe.de/Corona)

