

HALLO NACHBARIN!

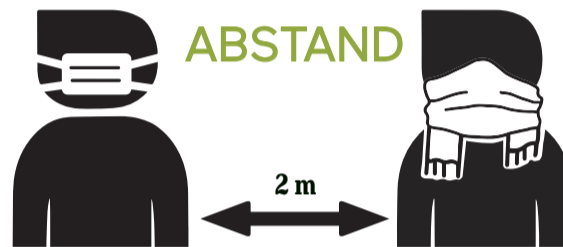
–schwarzes–
BRETT

SICHER & GESUND TROTZ COVID 19

EIGENVERANTWORTUNG
UND
HAUSVERSTAND



HABEN SIE ANSTAND
HALTEN SIE...



Zeigen Sie Respekt gegenüber der
Gesundheit anderer, tragen Sie den MNS.

BEIM GRÜSSEN



Hallo statt
Händeschütteln.

HUSTEN UND NIESEN



Abstand halten, wegdrehen, ins Papier-
taschentuch (oder Armbeuge), danach
Hände waschen.

ZUHAUSE BLEIBEN!

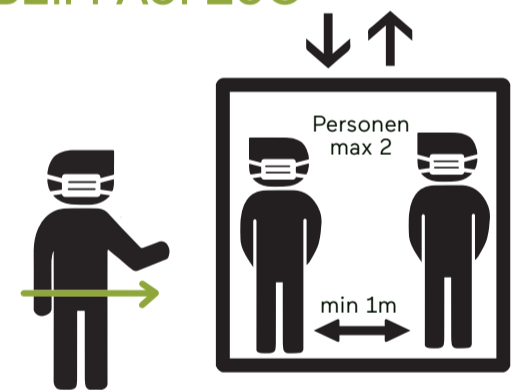


Ausnahmen:

Notwendige Besorgungen
Hilfe für Risikogruppen
Bewegung alleine oder
mit der Familie
Weg zur / von der Arbeit

Wer zuhause bleibt, schützt sich selber
und schützt andere.

BEIM AUFZUG



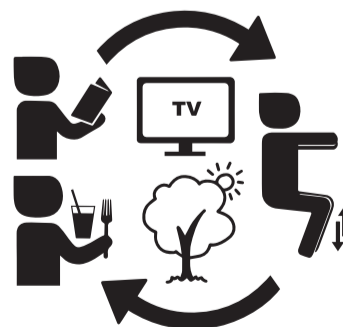
Vorrang geben, statt zu drängeln.

HANDHYGIENE



Waschen und desinfizieren Sie Ihre Hän-
de regelmäßig.

ROUTINE BEIBEHALTEN.



Strukturen geben Sicherheit. Daher ist es
nun besonders wichtig, sich eine
Tagesroutine zu überlegen.

IMMUNSYSTEM



Gesunde, abwechslungsreiche Ernährung
und Bewegung an der frischen Luft halten
das eigene Abwehrsystem fit.

AGES-Infoline Coronavirus von 0 bis 24 Uhr: 0800 555 621
Kontaktstelle bei Verdacht: Gesundheitsnummer 1450