

# HALLO NACHBAR!N

–schwarzes–  
BRETT

## SICHER & GESUND TROTZ COVID 19

### ZUHAUSE BLEIBEN!

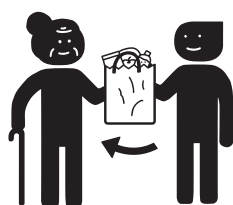


#### Ausnahmen:

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

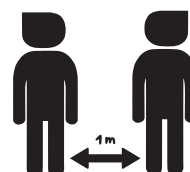
Wer zuhause bleibt, schützt sich selber  
und schützt andere.

### HILFE ANBIETEN.



Bieten Sie Ihre Hilfe bei Besorgungen an,  
wenn Sie nicht zu einer Risikogruppe  
gehören!

### ABSTAND HALTEN!



Halten Sie in der Öffentlichkeit mindestens  
1 m Sicherheitsabstand zu Ihren  
Mitmenschen.

### NICHT INS GESICHT GREIFEN.



Um Schmierinfektionen vorzubeugen,  
greifen Sie sich nicht ins Gesicht!

### HÄNDE WASCHEN.



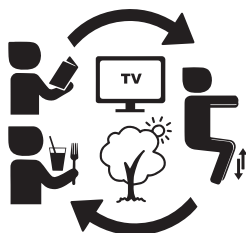
Waschen Sie Ihre Hände gründlich für  
ca. 30 Sekunden - speziell nach dem  
Nachhause-Kommen!

### HUSTEN UND NIESEN.



Um andere vor einer Ansteckung zu  
schützen, husten und niesen Sie bitte in die  
Ellenbeuge oder ins Papiertaschentuch.

### ROUTINE BEIBEHALTEN.



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

### INFORMIEREN OHNE PANIK!



Informieren Sie sich in vertrauenswürdigen  
Medien. Meiden Sie Fake News in den  
Sozialen Medien.

### HALLO NACHBAR!N



Telefonieren Sie mit Verwandten, Freunden  
oder den Nachbarn – schließlich kommen  
beim Reden die Leut' z'amm!