

Tipps zum Umgang mit dem Corona Virus

Ruhe bewahren

Versuchen Sie trotz der aktuellen Entwicklungen Ruhe zu bewahren. Denken Sie an sich und Ihre Mitmenschen und vermeiden Sie sogenannte "Hamsterkäufe". Die Lebensmittelgeschäfte bleiben geöffnet.

Hygienemaßnahmen

Um die Verbreitung des Virus einzudämmen, ist die Beachtung von Hygieneregeln derzeit von besonderer Bedeutung.

Das bedeutet vor allem regelmäßiges Händewaschen mit Wasser und Seife:

1. Hände mit Wasser befeuchten
2. Hände gründlich einseifen und damit die Handinnenflächen, Handrücken, Fingerspitzen und Fingerzwischenräume einreiben. Denken Sie auch an die Fingernägel und den Daumen.
3. Reiben Sie die benannten Stellen 20-30 Sekunden ein.
4. Spülen Sie die Hände unter fließendem Wasser ab.
5. Trocknen Sie die Hände sorgfältig ab. In öffentlichen Einrichtungen benutzen Sie Einmalhandtücher.

- Husten in den Ellbogen
- Niesen in ein Einmal-Taschentuch
- Abstand zu Personen ca. 1-2 Meter

Weitere Hygienetipps erhalten Sie **hier**.

Vermeidung von sozialen Kontakten

Bitte schränken Sie Ihre sozialen Kontakte auf das Nötigste ein. Überlegen Sie, an welchen Treffen oder Veranstaltungen Sie unbedingt teilnehmen müssen. Es wird dazu geraten, außerhalb des Arbeitsweges und der Erledigung von Einkäufen, zu Hause zu bleiben. Nehmen Sie diese Empfehlungen ernst, um die Ausbreitung des Virus zu entschleunigen und das Gesundheitssystem nicht zu überlasten.

Quelle und aktuelle Informationen: www.gifhorn.de