



## Liebe Seniorinnen und Senioren,

es liegt uns am Herzen, Menschen mit Vorerkrankungen noch einmal darüber zu informieren, wie Sie sich in der aktuellen Situation am besten vor der neuen Atemwegserkrankung Covid-19 schützen können.

- Halten Sie bitte **unbedingt Abstand** zu anderen Menschen (1,5 bis 2 Meter)! Auch, wenn Sie vor Supermärkten anstehen, Bekannte auf der Straße treffen oder in Parks.
- Nutzen Sie beispielsweise für Ihre Einkäufe Lieferservices, freiwillige Helfer oder die Unterstützung Ihrer Familie.
- Verlassen Sie Ihr Zuhause für Erledigungen, bei denen es nicht oder nur schwer möglich ist, den Mindestabstand einzuhalten, nur wenn es unbedingt notwendig ist!
- Beschränken Sie gegenseitige Besuche auf ein Minimum und halten Sie auch dann den geforderten Abstand zueinander ein.
- Halten Sie sich an die grundlegenden Hygieneregeln: Waschen Sie sich regelmäßig gründlich die Hände, achten Sie auf die Husten- und Niesetikette und vermeiden Sie, sich mit den Händen ins Gesicht zu fassen.
- Nutzen Sie Einmaltaschentücher.
- Reinigen Sie Rollatoren, Lesehilfen, Handläufe oder gemeinsam mit anderen genutzte Gegenstände regelmäßig.
- Wenn sich ein naher Kontakt zu Mitmenschen absolut nicht vermeiden lässt, tragen Sie bitte einen Mund-Nasen-Schutz.

**Lassen Sie uns gemeinsam dazu beitragen, das Infektionsrisiko so gering wie möglich zu halten!**