

#zamhalten

Gemeinsam für ein gesundes
Wackersdorf und Umgebung.

[WIR] für [UNS] – Schütze deine Familie und Freunde!

Bei uns leben Jung und Alt oft unter einem Dach. **Leben Sie so, dass wir die Alten und Kranken schützen.** Achten Sie auf die Hygiene in den eigenen vier Wänden – ganz besonders im Kontakt mit vorerkrankten und älteren Personen im Haus. Das gilt besonders – aber ausdrücklich nicht nur – für pflegende Angehörige und auch, wenn Sie sich außerhalb um betroffene Menschen kümmern.

Hände waschen!

20 Sekunden mit Seife! Vor und nach Personenkontakt. Unsere beste Alltagswaffe gegen Viren!
20 Sekunden = 2 x „Happy Birthday To You“.

Lüften!

Fenster ganz öffnen – mehrmals täglich Stoßlüften! Vor allem nachdem Sie sich um Risikopersonen gekümmert haben!
Bessere Bedingungen für Sie, schlechtere Bedingungen für Viren...

Viren auf Flächen ausbremsen...

Oft genutzte Türklinken regelmäßig säubern und eventuell desinfizieren. Vor allem im Umfeld von Risikopersonen besonders gründlich sein.

Wenn's läuft: „Richtig“ husten und niesen...

... in die Armbeuge oder besser in ein Taschentuch! Danach Händewaschen nicht vergessen!
Und entsorgen Sie das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.

Weniger Liebe ist gerade mehr Liebe...

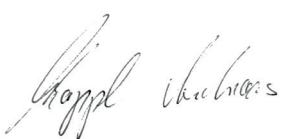
Abstand halten! Mindestens 1,5 Meter!
Reduzieren Sie den Körperkontakt auch im Haushalt auf ein notwendiges Minimum.
Im Umgang mit Risikopersonen können Schutzhandschuhe und Mundschutz sinnvoll sein.

Husten, Fieber, Kopfschmerzen?

Stürmen Sie nicht direkt in eine Praxis!
Rufen Sie vorher Ihren Hausarzt oder die 116 117 an.

Personen über 60 Jahre und Vorerkrankte haben ein deutlich erhöhtes Risiko, einen schweren Krankheitsverlauf von Covid-19 zu nehmen. Sie müssen besonders häufig und besonders lange intensivmedizinisch betreut werden. Lassen Sie es uns am besten erst gar nicht so weit kommen.

DANKE FÜR IHRE MITHILFE!



Dr. Andreas Kappl
Allgemeinarzt



Hr. Stefan Roi
Allgemeinarzt

Rund um Corona

Wichtige Kontakte auf einen Blick

Praxis Dr. Diaconu, Hr. Roi, Dr. Zahnweh

0 94 31 / 61 92 2

Praxis Dr. Kappl

0 94 31 / 75 94 00

Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst

116 117

Bürgertelefon des Landkreises Schwandorf

0 94 31 / 471 - 150

Kinder-Notbetreuung für Eltern, die in der Gesundheitsversorgung oder der „kritischen Infrastruktur“ tätig sind

Kita Regenbogen 75 55 540

Kita Villa Kunterbunt 75 55 600

Schule 74 520

Einkaufshilfe von Burschenverein und Nachbarschaftshilfe

0 16 2 / 75 57 27 0 und 0 15 20 / 60 98 44 1

Hotlines für einsame Menschen (kostenfrei)

Silbernetz 0 800 / 4 70 80 90

Retla e.V. 0 89 / 18 91 00 26

Weitere Informationen

www.wackersdorf.de

www.landkreis-schwandorf.de

www.rki.de

INFORMATION - INTERNATIONAL

ةيبرعلاة غلل اب تامول عم, Information in English, Informacje w języku polskim, Informații în limba română,
Informácie v slovenskom jazyku, Információ magyarul (...)

www.integrationsbeauftragte.de/ib-de/amt-und-person/informationen-zum-coronavirus