



Schützen Sie sich und Ihre Lieben vor COVID-19

Tipps für die kalte Jahreszeit:

Die Corona-Lage ist zur Zeit sehr ernst. In diesem Winter sollten wir uns daher besonders schützen. Erfahren Sie hier, wie Sie und Ihre Lieben die kalte Jahreszeit möglichst sicher verbringen können.

Stand: 10. Januar 2022



Allgemein:

- **Schränken Sie Ihre Kontakte ein.**
Wenn wir weniger Menschen treffen, stecken wir uns seltener an. Sagen Sie Treffen ab, die nicht dringend notwendig sind und verabreden Sie sich nur im kleinsten Kreis.
- **Schützen Sie sich und Ihr Umfeld mit der Corona-Schutzimpfung.**
Lassen Sie sich gegen das Coronavirus SARS-CoV-2 impfen. Stärken Sie Ihren Impfschutz gegebenenfalls mit einer Auffrischimpfung. Unterstützen Sie auch Ihr Umfeld dabei, sich impfen zu lassen.



Kurz vor einem Treffen:

- **Bleiben Sie bei Krankheitszeichen zu Hause.**
Das gilt auch, wenn jemand aus Ihrem Haushalt Krankheitszeichen hat. Meiden Sie Kontakte, um niemanden anzustecken.
- **Treffen Sie sich möglichst draußen.**
Denn: In Innenräumen kann man sich leichter mit dem Coronavirus anstecken.
- **Achten Sie auf die gegenwärtigen Bestimmungen.**
Informieren Sie sich über die Regelungen bei Ihnen vor Ort. Besondere Regeln gibt es zum Beispiel auch bei Reisen, Veranstaltungen oder Restaurantbesuchen.
- **Machen Sie einen Corona-Test, besonders vor Treffen mit gefährdeten Personen.**
Denken Sie daran: Auch ohne Krankheitszeichen kann man das Coronavirus übertragen.



Während des Treffens:

- **Schützen Sie sich zusätzlich durch AHA+L+A:**
Abstand halten, Hygiene beachten (z. B. Hände waschen, in die Armbeuge husten oder niesen), Alltag mit Maske, Lüften und die Corona-Warn-App nutzen.



Nach dem Treffen:

- **Informieren Sie Ihr Umfeld bei einem positiven Corona-Test oder Krankheitszeichen.**
Sollten Sie trotz aller Maßnahmen nach einem Treffen Krankheitszeichen oder ein positives Testergebnis haben, kontaktieren Sie sofort alle Kontaktpersonen. Warnen Sie andere mit der Corona-Warn-App.

Bleiben Sie gesund!

Mehr Informationen unter:



infektionsschutz.de



facebook.com/bzga



[infektionsschutz.de/
coronavirus/wie-verhalte-ich-mich](https://infektionsschutz.de/coronavirus/wie-verhalte-ich-mich)