

# Infos zum Corona-Virus



Es gibt jetzt eine **neue Krankheit**.

Die Krankheit kommt vom **Corona-Virus**.

Die Krankheit befällt die **Lunge**.

Die Menschen husten zum Beispiel.

Oder haben Fieber.

Manche Menschen **sterben an der Krankheit**.

Besonders alte Menschen sterben.

Und kranke Menschen.

**Wir erklären** hier in Leichter Sprache:

**So bekommen Sie Infos und Hilfe in Herford.**

**So schützt man sich** vor dem Virus.

**Was ist die Krankheit** vom Corona-Virus.

**Was tun die Menschen** wegen der Krankheit.

**Was tut Herford** wegen der Krankheit.

**Sie können sich informieren:**

**Wenn Sie Fragen zum Corona-Virus haben.**

Oder wenn Sie **Angst** haben:

Weil Sie **krank sind**.



**Sie können in Herford beim Gesundheits-Amt anrufen.**

**0 52 21 13 0**

**Das ist die Telefon-Nummer vom Kreis Herford.**

## So schützen Sie sich vor dem Corona-Virus

1. **Halten Sie Abstand von kranken Menschen.**

2. **Waschen Sie sich oft die Hände.**

Wenn Sie sich die Hände nicht so oft waschen können:

**Fassen Sie Ihr Gesicht nicht an.**

3. **Husten Sie nicht in die Richtung von Menschen.**

Am besten:

Sie husten in ein Taschentuch.

Sie verwenden das Taschentuch nur einmal.

Sie werfen das Taschentuch danach weg.

Oder husten Sie gegen Ihren Ärmel:

Wenn Sie kein Taschentuch haben.

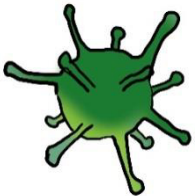
Die Regeln für das Husten gelten auch für das Niesen.

4. **Es gibt 10 gute Tipps:**

Damit Sie nicht krank werden.

Die 10 wichtigen Tipps lesen Sie auf der letzten Seite.

## Die Krankheit vom Corona-Virus



Krankheiten haben viele Ursachen.

Manche **Krankheiten kommen von einem Virus.**

Es ist schwierig etwas gegen Krankheiten zu machen:

Die von einem Virus kommen.

**Kranke Menschen können andere Menschen anstecken.**

Man sagt auch:

Das Corona-Virus ist **von Mensch zu Mensch übertragbar.**

Wenn Sie glauben:

Vom Corona-Virus krank zu sein:

**Rufen Sie** Ihren Hausarzt oder Ihre Hausärztin **an:**

**Bevor** Sie in die Praxis gehen.

Die Krankheit ist auch in andere Länder gekommen.

Zum Beispiel:

**Weil Menschen verreisen.**

## Das tut die WHO wegen der Krankheit

Es gibt eine **Organisation**:

Die sich um **die Gesundheit der Menschen kümmert**  
auf der **ganzen Welt**.

Die Organisation heißt Welt-Gesundheits-Organisation.

Das kurze Wort ist WHO.

So spricht man das: **weh ha oh**

Bei der WHO **arbeiten alle Länder zusammen**:

Damit die **Menschen in allen Länder geschützt werden**  
vor dem Corona-Virus.

Zum Beispiel:

Die Länder teilen Infos.

Die Länder machen Regeln für das Reisen:

Damit die Krankheit nicht weiter verbreitet wird.

## Das tut der Kreis Herford wegen der Krankheit

Es gibt **für alle kranken Menschen eine gute Versorgung**.

Das Herforder Klinikum ist ein Krankenhaus im Kreis Herford.

Das Klinikum hat besondere Räume für Menschen:  
die krank werden.

Diese Räume heißen „Infektions-Station“

Sie können sicher sein:

Die Versorgung von kranken Menschen ist sehr gut in Herford.



## Hier bekommen Sie mehr Infos über das Corona-Virus

Aktuelle Infos und wichtige Infos finden Sie

auf der Internet-Seite vom Robert-Koch-Institut.

Die Infos können Sie hier lesen:

[https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/NCOV2019/FAQ\\_Liste.html](https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/NCOV2019/FAQ_Liste.html)

Die Infos von der WHO können Sie hier lesen:

[https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/IGV/igv\\_node.html#doc2391006bodyText3](https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/IGV/igv_node.html#doc2391006bodyText3)

Infos von der Bundes-Zentrale für gesundheitliche Aufklärung können Sie hier lesen: <https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-2019-ncov.html>

Es gibt auch Infos:

Wenn Sie nach China reisen wollen.

Die Infos sind vom Auswärtigen Amt.

Sie können die Infos hier lesen:

<https://www.auswaertiges-amt.de/de/aussenpolitik/laender/china-node/chinasicherheit/200466>

## **Info**

Die Stadt Hamburg hat uns erlaubt ihren Text zu nehmen.

Wir haben den Text für Herford etwas verändert.

### **Wer hat den Text in Leichter Sprache gemacht?**

Büro für Leichte Sprache Köln

E-Mail: [info@leichte-sprache.koeln](mailto:info@leichte-sprache.koeln)

Kirsten Scholz hat den Text in Leichter Sprache geschrieben und die Bilder gemalt.

Dirk Stauber, Sandra Mambrini und Wolfgang Klein haben den Text auf Leichte Sprache geprüft.



## Infektionen vorbeugen:

# Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir einer Vielzahl von Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

### Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen
- ▶ vor den Mahlzeiten
- ▶ nach dem Besuch der Toilette
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren

1



2

### Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten
- ▶ Hände von allen Seiten mit Seife einreiben
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen
- ▶ Hände unter fließendem Wasser abwaschen
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen

### Hände aus dem Gesicht fernhalten

Vermeiden Sie es, mit ungewaschenen Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.

3



### Im Krankheitsfall Abstand halten

Kurieren Sie sich zu Hause aus. Verzichten Sie auf enge Körperkontakte. Bei hohem Ansteckungsrisiko für andere kann es sinnvoll sein, sich in einem separaten Raum aufzuhalten oder eine getrennte Toilette zu benutzen. Verwenden Sie persönliche Gegenstände wie Handtücher oder Trinkgläser nicht gemeinsam.

5



4

### Richtig husten und niesen

Husten und niesen Sie am besten in ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase. Halten Sie dabei Abstand von anderen Personen und drehen sich weg.

6

### Wunden schützen

Decken Sie Verletzungen und Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.



### Auf ein sauberes Zuhause achten

Reinigen Sie insbesondere Bad und Küche regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern. Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.

7



8

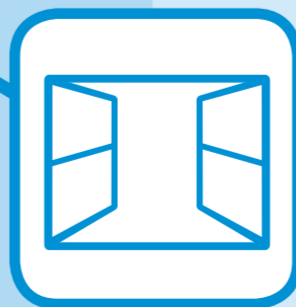
### Lebensmittel hygienisch behandeln

Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf. Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln. Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70°C. Waschen Sie rohes Gemüse und Obst vor dem Verzehr gründlich ab.

### Geschirr und Wäsche heiß waschen

Reinigen Sie Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Maschine bei mindestens 60°C. Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60°C.

9



10

### Regelmäßig lüften

Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten mit weit geöffneten Fenstern.

