

17.03.2020

Was kann ich Zuhause machen, damit ich nicht krank werde?

Und andere nicht krank mache.

- Ich gehe so wenig wie möglich nach draußen.

Zum Beispiel nur noch für wichtige Sachen:

- Einkaufen von Essen und Trinken
- Wenn ich in die Apotheke muss
- Wenn ich zum Arzt muss



- Abstand halten zu anderen Menschen

Zum Beispiel:

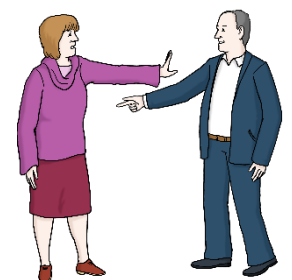
- Wenn eine größere Gruppe von Menschen da steht.

Dann gehe ich nicht durch die Gruppe,
sondern außen rum

- Ich gehe nicht so nah an andere ran.

Es soll ungefähr zwei-mal ein ausgestreckter Arm dazwischen
passen.

- Ich lade auch niemanden zu mir nach Hause ein



- Öfters Händewaschen

Zum Beispiel:

- nach dem Einkaufen
- vor dem Essen
- wenn ich nach Hause komme
- wenn ich in die Hand geniest oder gehustet habe
- nach dem Nase putzen



Es gibt bereits einen anderen Text.

In dem Text geht es auch um das Hände waschen.

Der Text heißt:

Was kann ich machen, damit ich nicht krank werde?

Und andere nicht krank mache.

Diesen Text habe ich bereits mit nach Hause bekommen.

In dem Text kann ich lesen, wie ich richtig Hände wasche.

- Wenn ich krank bin.

Oder mich krank fühle:

Dann rufe ich bei meinem Haus-Arzt an.

Wenn bei meinem Haus-Arzt niemand ans Telefon geht.

Dann rufe ich die Nummer 116 117 an.

Dort wird mir gesagt, was ich tun soll.



- **Ganz wichtig:**

Ich schaue oder höre mir die Nachrichten an.

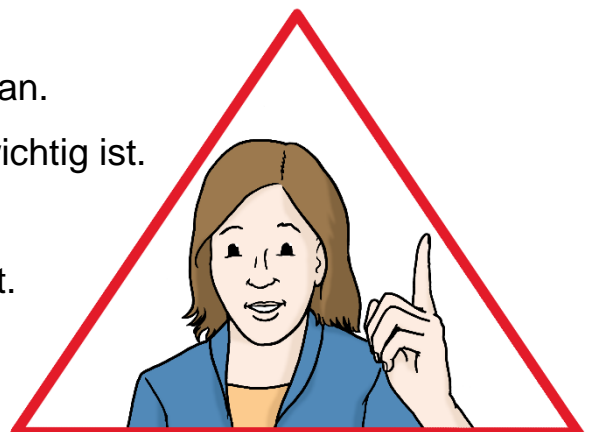
In den Nachrichten höre ich was gerade wichtig ist.

Wenn es um Corona geht.

Und ich höre welche neuen Regeln es gibt.

Deshalb höre ich ganz genau zu.

Und ich halte mich an die neuen Regeln.



Übersetzt von Andrea Mühlbauer,
Straubinger Werkstätten St. Josef der KJF Werkstätten g GmbH.
Geprüft von der Prüfgruppe einfach g macht, Abteilung Förderstätte,
Straubinger Werkstätten St. Josef der KJF Werkstätten g GmbH.
Die gezeichneten Bilder kommen von der © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger
Behinderung Bremen e.V., Illustrator: Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.