

Website NaSicher in Leichter Sprache

Bleiben Sie im Herbst und Winter gesund.

So schützen Sie sich gegen das Corona-Virus

Es gibt verschiedene Schutz-Maßnahmen

gegen das Corona-Virus.

Zum Beispiel:

- einen Mund-Nasen-Schutz tragen
- oder Abstand zu anderen Personen einhalten



Lange Zeit waren diese Schutz-Maßnahmen verpflichtend.

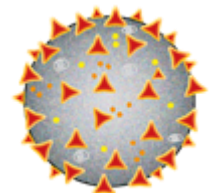
Das bedeutet:

Alle Menschen mussten sich an die Schutz-Maßnahmen halten.

Jetzt sind die Schutz-Maßnahmen **nicht** mehr verpflichtend.

Jeder Mensch muss sich jetzt selbst gegen das Corona-Virus schützen.

Das Corona-Virus gibt es nämlich immer noch.



Die Krankheit COVID-19 wird durch das Corona-Virus ausgelöst.

Wenn sich ein Mensch mit dem Corona-Virus ansteckt,

dann bekommt der Mensch vielleicht die Krankheit COVID-19.

Und das Corona-Virus verändert sich ständig.

Jeder Mensch kann sich noch mit dem Corona-Virus anstecken.

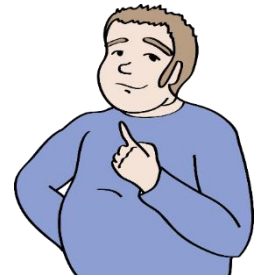
Und jeder Mensch kann die Krankheit COVID-19 bekommen.

Jeder Mensch entscheidet jetzt für sich selbst:

Ich möchte mich gegen das Corona-Virus schützen.

Und ich möchte andere Menschen vor dem Corona-Virus schützen.

Das nennt man auch: Eigen-Verantwortung.



Auf dieser Internet-Seite lesen Sie:

- **Wie können Sie sich weiterhin gegen das Corona-Virus schützen?**
- **Und wie können Sie andere Menschen vor dem Corona-Virus schützen?**

Beachten Sie weiterhin die **AHA+L-Regeln**.

Was sind die AHA+L-Regeln?

AHA+L ist eine Abkürzung.

Die Buchstaben sind die Anfangs-Buchstaben von diesen Wörtern:

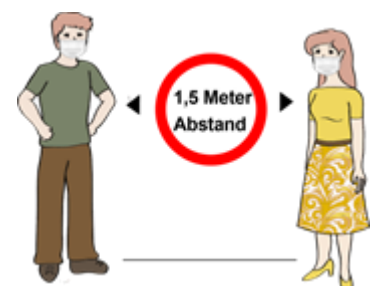
- **A**bstand halten
- **H**ygiene
- **A**lltag mit Maske
- **L**üften

Was bedeuten die AHA+L-Regeln genau?

Abstand halten

Halten Sie mindestens 1,5 Meter Abstand zu anderen Menschen.

Das sind ungefähr 3 große Schritte



Hygiene

Niesen Sie in Ihre Arm-Beuge.

Husten Sie in Ihre Arm-Beuge.

Waschen Sie sich oft die Hände.

Und waschen Sie sich 30 Sekunden lang die Hände.



Alltag mit Maske

Wenn Sie mit vielen Menschen zusammenkommen,
dann tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.



Lüften

Machen Sie oft die Fenster in Räumen auf.

Vielleicht ist es kalt draußen.

Lüften Sie trotzdem.



Zusammengefasst:

Ich bin dabei.

Ich schütze mich gegen das Corona-Virus.

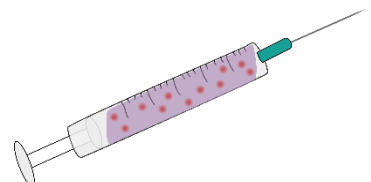
Und ich schütze andere Menschen vor dem Corona-Virus.

Ich halte mich an die AHA+L-Regeln.

Auffrischungs-Impfung

Eine Impfung ist der beste Schutz gegen das Corona-Virus.

Für Informationen in Leichter Sprache über die Impfung klicken Sie
auf diesen Link:

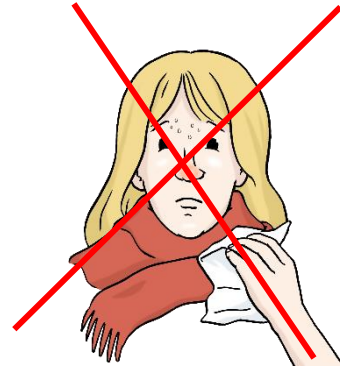


<https://www.infektionsschutz.de/leichte-sprache/informationen-zum-corona-virus/was-muss-ich-zur-corona-impfung-wissen/>

Viele Menschen sind schon gegen die Krankheit COVID-19 geimpft.

Deshalb bekommen diese Menschen
wahrscheinlich **nicht** die Krankheit COVID-19.

Oder diese Menschen bekommen
die Krankheit COVID-19 **nicht** so stark.



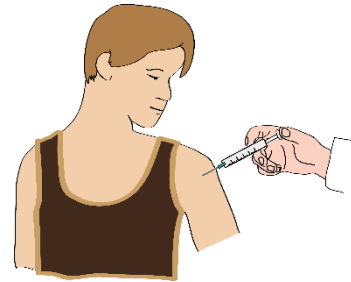
Nach der Impfung sind die Menschen
gegen die Krankheit COVID-19 geschützt.

Aber der Schutz gegen die Krankheit COVID-19
ist bei jedem Menschen unterschiedlich stark.

Der Schutz gegen die Krankheit COVID-19 hält nur eine bestimmte Zeit.

Dann wird der Schutz gegen die Krankheit COVID-19 weniger.

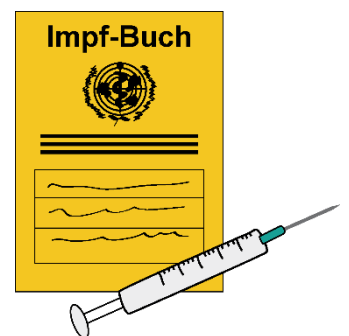
Das ist gefährlich.



Deshalb ist eine Auffrischungs-Impfung gegen
die Krankheit COVID-19 wichtig.

Auffrischungs-Impfung bedeutet:

Die Menschen werden nochmal
gegen die Krankheit COVID-19 geimpft.



Mit einer Auffrischungs-Impfung schützen Sie sich selbst gegen das Corona-Virus.

Durch die Impfung bildet der Körper Anti-Körper gegen das Corona-Virus.

Die Anti-Körper bekämpfen das Corona-Virus im Körper.

Die Menschen werden dann **nicht** so stark krank.

Und die Menschen haben weniger Langzeit-Folgen.

Langzeit-Folgen bedeutet:

Manche Menschen hatten die Krankheit COVID-19.

Jetzt haben diese Menschen die Krankheit **nicht** mehr.

Diese Menschen sind wieder gesund.

Aber diese Menschen fühlen sich immer noch krank.

Zum Beispiel:

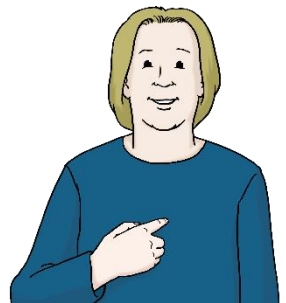
- Diese Menschen bekommen nur schlecht Luft.
- Oder diese Menschen sind immer erschöpft.

Mit einer Auffrischungs-Impfung schützen Sie

Auch andere Menschen vor dem Corona-Virus.

Geimpfte Menschen stecken andere Menschen nämlich **nicht** mehr so leicht mit dem Corona-Virus an.

Manche Menschen können sich **nicht**



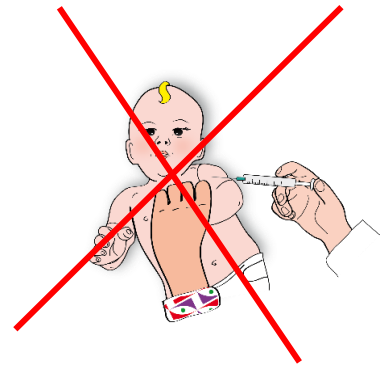
gegen die Krankheit COVID-19 impfen lassen.

Vielleicht haben diese Menschen eine andere Krankheit.

Oder vielleicht gibt es für diese Menschen **keinen** Impf-Stoff.

Zum Beispiel gibt es für Babys **keinen** Impf-Stoff.

Auch für kleine Kinder gibt es **keinen** Impf-Stoff.



Wo können Sie sich gegen die Krankheit COVID-19 impfen lassen?

An diesen Orten können Sie sich im Bayern impfen lassen:

- in Arzt-Praxen
- beim Arzt in Ihrem Betrieb
- in Impf-Zentren
- und in der Apotheke



In Bayern gibt es auch viele Impf-Aktionen.

Dann können Sie sich auch an anderen Orten
gegen die Krankheit COVID-19 impfen lassen.



Hier finden Sie Informationen zum Corona-Virus

Das Bayerische Gesundheits-Ministerium gibt Ihnen
Informationen über das Corona-Virus.

Die Informationen über das Corona-Virus
gibt es in verschiedenen Sprachen.



Und das Bayerische Gesundheits-Ministerium
gibt Ihnen mehr Informationen zum Corona-Virus

in Leichter Sprache.

Für allgemeine Informationen klicken Sie auf diesen Link:

<https://www.infektionsschutz.de/leichte-sprache/informationen-zum-corona-virus/>

Für die Infektions-Schutz-Maßnahmen-Verordnung klicken Sie auf diesen Link:

https://www.stmgp.bayern.de/wp-content/uploads/2022/09/ueberarbeitung_uebersetzung_16_bayifsmv_3_aenderung.pdf

Für wichtige Dokumente zur Corona-Schutzimpfung klicken Sie auf diesen Link:

https://www.stmgp.bayern.de/?lang=de_ls

Für die Allgemein-Verfügung Isolation klicken Sie auf diesen Link:

https://www.stmgp.bayern.de/wp-content/uploads/2022/03/av_isolation_ls.pdf

Das Bayerische Gesundheits-Ministerium erklärt:

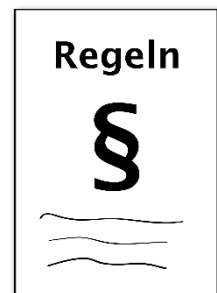
So können Sie sich gegen das Corona-Virus schützen.

Und so können Sie andere Menschen

vor dem Corona-Virus schützen.

Das Bayerische Gesundheits-Ministerium sagt auch:

Diese Corona-Regeln gelten in Bayern.



Unterstützen Sie uns!

Wir finden:

Jeder Mensch muss sich selbst gegen das Corona-Virus schützen.

Deshalb muss jeder Mensch wissen:

Wie schütze ich mich gegen das Corona-Virus?

Jeder Mensch muss Informationen über das Corona-Virus bekommen.

Dafür setzen wir uns ein.

Unterstützen auch Sie uns dabei.

Wir haben Informations-Material über das Corona-Virus.

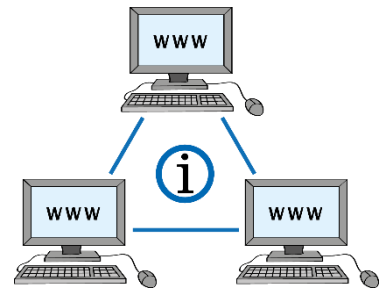
Zum Beispiel:

- Kurze Texte
- Bilder für Internet-Seiten

Sie können das Informations-Material

über das Corona-Virus herunterladen.

Und Sie können das Informations-Material weiter-geben.

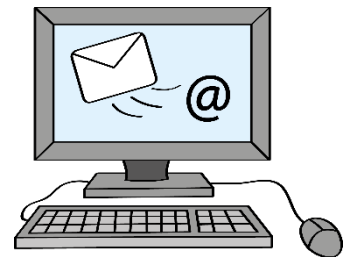


Sie haben eine Frage zum Informations-Material

über das Corona-Virus?

Dann schreiben Sie uns eine E-Mail.

Die E-Mail-Adresse ist: nasicher-bayern@ifok.de



Wer hat den Text in Leichter Sprache geschrieben?

Der Text ist erstellt und geprüft vom
Büro für Leichte Sprache im CJD Erfurt.

Große Ackerhofsgasse 15

99084 Erfurt

Telefon: 03 61 – 65 88 66 87

E-Mail: leichte-sprache@cjd.de

Internet: www.büro-für-leichte-sprache.de



Die Bilder wurden gezeichnet:

- vom Büro für Leichte Sprache im CJD Erfurt
- von © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013