

Einfache Sprache

Damit Sie beim Kurs nicht krank werden:

Sie bekommen **Tipps für die Sauberkeit.**

Das schwere Wort dafür ist: **Hygiene.**

So spricht man das: **hü gjee ne.**

Die Erreger mögen Sauberkeit nicht.

Darum ist Hygiene wichtig.

Besonders: Wenn Sie **krank** sind.

Weil: Sie können die **Krankheit weiter-geben.**

Dies ist auch bei Corona so.

Zum Schutz gilt im Moment die **3G-Regel.**

Das heißt:

Man muss eines der 3 G´s nachweisen

Man muss beweisen:

- Ich bin **geimpft.**
 - Ich bin **genesen.**
- ODER:
- Ich bin negativ **getestet.**

Das gilt

- **bei Kursen drinnen**

Bitte mit-bringen:

- App am Handy
- ODER:
- Impfpass
- ODER:
- Testergebnis
- PCR-Test höchstens 48 Stunden alt
Antigentest höchstens 24 Stunden alt

Kein Test-Angebot an der vhs.

Keinen Test brauchen

- Kinder
- Schüler

AHA Regel:

AHA ist eine Abkürzung.
Sie steht für:

A wie Abstand halten.
1,50 Meter Abstand zu anderen Personen

H wie Hygiene.
Alle müssen sich oft und gründlich die Hände waschen.
Oder die Hände desinfizieren.

A wie Alltag mit Maske.

Am Platz darf die Maske abgenommen werden

Noch etwas ist wichtig:

- Man muss oft genug **Lüften**.
- Nur Angemeldete dürfen kommen
- Bitte Platz nach dem Kurs abwischen
- Nicht mit Symptomen kommen:

Man erkennt Krankheiten an Krankheits-Zeichen.
Ein anderes Wort für Krankheits-Zeichen ist: Symptom.

COVID-19 ist auch eine Krankheit.
Die Krankheit wird durch das Corona-Virus verursacht.

COVID-19 hat viele Krankheits-Zeichen.
Hier ist eine Liste mit den Krankheits-Zeichen:

- **Husten**
 - **Fieber**
 - **Schnupfen**
 - **Hals-Schmerzen**
 - **Kopf-Schmerzen**
 - **Atem-Not**
Das heißt:
Ich habe Schwierigkeiten beim Atmen.
Ich bekomme schlecht Luft.
 - **Glieder-Schmerzen**
Das heißt:
Mein Körper tut weh.
Zum Beispiel Arme und Beine.
 - **Schwäche**
Das heißt:
Ich fühle mich schlapp.
Ich bin schwach.
 - **kein Geruchs-Sinn**
Das heißt:
Ich kann nichts mehr riechen.
 - **kein Geschmacks-Sinn**
Das heißt:
Ich kann nichts mehr schmecken.

Aber:

Alle Menschen sind unterschiedlich..

Die Krankheits-Zeichen für COVID-19 sind sehr verschieden.
Achten Sie also auf Ihren Körper.

Haben Sie Anzeichen von Corona dürfen Sie nicht zum Kurs kommen.

Bitte informieren Sie uns.