

*Ich werde, bis die Pandemie abgeklungen ist, ...*

Home  
Sweet  
Home



... Kontakte zu Menschen außerhalb meiner Familie bzw. meines direkten Haushalts auf das absolut Nötigste reduzieren.

... Kontakte zu Risikogruppen (Herzranke, Lungenranke, Diabetiker, Menschen über 60, Menschen mit angeschlagenen Immunsystem, Menschen mit Krebs) komplett vermeiden.

... an keinen Veranstaltungen, Großveranstaltungen, Festen, Messen etc. teilnehmen.



... Meetings o.ä. per Telefon oder per Video-Chat oder anders virtuell durchführen oder verschieben.



... bei wirklich notwendigen, nicht verschiebbaren Treffen mit Menschen einen Sicherheitsabstand von 2 Metern einhalten.

... Körperkontakt (Umarmung, Händeschütteln, ...) vermeiden.



... nach jedem Körperkontakt und nach Anfassen von Einkaufswagen, Auto, U-Bahn etc. schnellstmöglich konsequent 20 Sekunden gründlich Hände waschen.



... regelmäßig mein Handy reinigen.

... möglichst wenig in Gesicht und Mund fassen.



... bei relevanten Symptomen telefonisch Kontakt zu der für meine Region zuständigen Stelle (im Zweifel: 116117 anrufen) aufnehmen, den Anweisungen folge leisten und eventuelle Quarantäneauflagen einhalten.



... Panik und Gleichgültigkeit in meinem Umfeld durch Aufklärung entgegentreten, indem ich erkläre, wie man ohne Panik aber mit Verantwortungsgefühl und klarem Blick für die Entwicklung der Pandemie seinen Teil zum Eindämmen des Virus beiträgt (durch Einhalten dieses Codex). Dabei werde ich empathisch und respektvoll mit den Menschen, ihren Ängsten und Erfahrungen umgehen.



... keine ungeprüften News, aufregende Kettenbriefe und Gerüchte ohne Quellen weitergeben und damit Panik verursachen oder verstärken.



... meinen Nachbarn helfen, wo ich kann, wenn sie Hilfe benötigen wie Einkaufen, Proviant, Medizin.