



Liebe Kolleginnen und Kollegen,

das Corona-Virus (SARS-CoV-2) breitet sich in Deutschland aus. Viele Menschen haben dazu Fragen.

Darum haben wir Informationen und unsere Empfehlungen hier zusammengetragen:

- Veranstaltungen mit vielen Teilnehmern werden abgesagt.
- Wer sich krank fühlt, bekommt auch telefonisch ein Attest.
- Wer die Möglichkeit dazu hat, sollte von zu Hause arbeiten.
- Reisen sollten derzeit vermieden werden.
- Öffentliche Verkehrsmittel sollten nach Möglichkeit gemieden werden.
- Jegliche Kontakte sollten reduziert werden.
- Menschen über 60 Jahre sollten sich gegen Pneumokokken impfen lassen.

Diese Vorgaben gelten für alle Menschen. Insbesondere aber für Risikogruppen:

- Menschen mit Vorerkrankungen oder geschwächtem Immunsystem
- Menschen über 50 Jahre

Covid-19-Pandemie

Worauf sollte man jetzt achten?

- Das Virus ist ansteckend.
- Es verbreitet sich über die Hände.
- Und durch Niesen und Husten.
- Es ist wichtig, sich regelmäßig die Hände zu waschen.
- Man sollte etwas Abstand zu anderen halten.
- Gute Hygiene kann vor einer Ansteckung schützen.

Grundsätzlich wird empfohlen:

- Wenig Kontakte mit Menschen (wenn möglich).
- Reisen eher vermeiden.
- Nach Möglichkeit zu Hause bleiben.

Wer sich krank fühlt, sollte:

- nicht zur Arbeit gehen und sich arbeitsunfähig melden
- nicht zum Arzt gehen – sondern dort anrufen!

Habe ich das Corona-Virus?

1.) Symptome (Anzeichen):

Wer sich mit dem Virus infiziert (angesteckt) hat, bekommt oft Fieber, Schnupfen und Husten. Man kann auch Durchfall oder Atem-Probleme bekommen.

2.) Test durch einen Arzt oder eine Ärztin:

Merkt man diese Anzeichen, sollte man über das Telefon den eigenen Hausarzt bzw. die Hausärztin anrufen. Ein Test kann zeigen, ob man das Corona-Virus bzw. COVID-19 wirklich hat. Wer sich unsicher ist, kann eine **Service-Nummer zum Corona-Virus** (Tel.: 0800 / 55 54 66 6) oder die Nummer für Erst-Informationen (Tel.: 115) anrufen.

3.) Keine Angst:

Es ist wichtig, Ruhe zu bewahren. Das Robert Koch Institut schätzt die Gefahr durch das Corona-Virus bzw. COVID-19 in einer **offiziellen Risikobewertung nur als mäßig ein** (Stand: 11.03.2020). Sehr viele Menschen mit COVID-19 werden schnell wieder gesund. Bei den meisten Menschen verläuft die Krankheit harmlos.

Corona Ticker der Lebenshilfe Gießen unter: www.lebenshilfe-giessen.de

Weitere Telefon-Nummern

Corona-Virus Hotline des BMG in Berlin:	Tel.: 030 / 346 465 100
Gesundheitsamt des Landkreises Gießen (Mo. – Do. 08:00 – 16.00 Uhr & Fr. 08:00 – 14:00 Uhr)	Tel.: 0641 / 939 035 60
Sozialpsychiatrische Dienst (Landkreis Gießen)	Tel.: 0641 / 939 014 15
Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst Patienten-Service	Tel.: 116 117
Vitos psychiatrische Ambulanz	Tel.: 0641 / 403 414
Psychiatrische Ambulanz UKGM (Uniklinik)	Tel.: 0641 / 985 457 20
Familien-, Krisen- und Sexualberatung der Lebenshilfe Gießen (Mo. – Fr. 09:00 bis 15:00 Uhr)	Tel.: 0641 / 972 105 5 210