



Familie

[Startseite](#) > [Informieren](#) > [Familie](#) > [Empfehlungen zu COVID-19 | Corona-Virus](#)

[Corona-Virus | COVID-19 | SARS-CoV-2](#)

Corona-Virus | Empfehlungen der Lebenshilfe zu COVID-19

Das Corona-Virus (SARS-CoV-2) breitet sich in Deutschland aus. Viele Menschen haben Fragen. Wir informieren in Einfacher Sprache, sammeln wichtige Links und geben unsere Empfehlungen weiter.

[↗](#) **Pressemeldung der Lebenshilfe zum Corona-Virus (12.03.2020)**
Ulla Schmidt, Bundesvorsitzende der Lebenshilfe, MdB und Gesundheitsministerin a.D. äußert sich zur COVID-19-Pandemie.

[→](#) **Corona-Virus: Die wichtigsten Infos auf einen Blick**

Überblick über die Themen

- [1. Corona-Virus in Deutschland: Aktuelle Entwicklung](#)
- [2. Allgemeine Informationen zum Corona-Virus](#)
- [3. COVID-19-Pandemie: Worauf sollte man jetzt achten?](#)
- [4. Informationen in Leichter Sprache](#)
- [5. Erklär-Video zum Corona-Virus](#)
- [6. Habe ich das Corona-Virus?](#)
- [7. Informationen für Dienste und Einrichtungen](#)
- [8. Informationen für Mitarbeiter*innen in Werkstätten](#)
- [9. Weitere Links und Informationen zum Corona-Virus](#)

Corona-Virus in Deutschland: Aktuelle Entwicklung

17.03.2020 – Weitere Einschränkungen des öffentlichen Lebens

Es werden viele Einrichtungen geschlossen.

Dazu zählen alle Freizeit-Einrichtungen.

Gemeint sind zum Beispiel:

- Bars
- Kneipen
- Kinos
- Museen
- und so weiter

Weitere Einschränkungen und Verbote gibt es bei:

- Gottes-Diensten
- Sport-Angeboten
- Gast-Stätten
- Reisen

Wichtig: Es gilt eine weltweite Reise-Warnung für alle Reisen!

Es sollten derzeit gar keine Reisen unternommen werden.

Weder in das Ausland noch innerhalb von Deutschland.

Nicht geschlossen werden Geschäfte, die man täglich braucht.

Dazu zählen auch Super-Märkte.

Gemeint sind:

- Lebensmittel-Geschäfte
- Lieferdienste
- Apotheken
- Sanitätshäuser
- Drogerien
- Tankstellen
- Banken
- Sparkassen
- Poststellen
- Friseure
- Reinigungen
- Waschsalons
- Bau- und Gartenbau
- Tierbedarf-Märkte
- Der Großhandel

[↗ Informationen der Tagesschau vom 17.03.2020](#)
Was geht noch – und was geht nicht?

[↗ Informationen des SPIEGEL: Weltweite Reisewarnung](#)
Informationen zur Reisewarnung und zur Rückhol-Aktion für Deutsche im Ausland.

16.03.2020 – Schulen und Kitas werden geschlossen

Schulen und Kitas sind in Deutschland geschlossen.

Das gilt seit dem 16.03.2020 und für ganz Deutschland

[↗ Tagesschau](#)
Informationen zur Schulschließung ab dem 16.03.2020.

➤ **Informationen auf Türkisch**
Informationen auf Tagesspiegel.de.

➤ **Informationen auf Arabisch**
Informationen auf Tagesspiegel.de.

11.03.2020 – Kontakte sollten reduziert werden

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.



© CC0-Lizenz

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

Menschen mit Vorerkrankungen oder geschwächtem Immunsystem

Menschen über 50 Jahre

➤ **Bundesministerium für Gesundheit (BMG)**
Empfehlung des Krisenstabs, Stand: 11.03.2020.



Allgemeine Informationen zum Corona-Virus

Ein Virus kann Krankheiten auslösen.

Viren sind winzige Erreger.
Sie verbreiten sich und lösen Krankheiten aus.



Zum Beispiel Grippe oder auch Schnupfen.

Das Corona-Virus ist ein ganz neues Virus.

Der menschliche Körper kennt es noch nicht.

Darum hat er auch noch keinen Schutz dagegen.

Und darum gibt es auch noch keinen Impfstoff.



© CC0-Lizenz

Es ist sehr wichtig, sich regelmäßig die Hände zu waschen.

Die Namen des Corona-Virus:

Corona-Virus meint das Virus selbst.

Man spricht das so aus: "Ko-Ro-Na – Wi-Rus".

SARS-CoV-2 ist die medizinische Bezeichnung.

COVID-19 meint: *Corona Virus Disease* (Krankheit) 2019.

Das ist die Krankheit, die durch das Virus entsteht.

Die Krankheit wurde als *Pandemie* eingestuft.

Eine *Pandemie* ist eine weltweite *Epidemie*.

Eine *Epidemie* meint:

eine Krankheit verbreitet sich sehr weit.

es sind viele Menschen zugleich betroffen.

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 (1,5 Meter)

Gute **Hygiene** kann vor einer Ansteckung schützen.

Risikogruppen:

Menschen mit Vorerkrankungen oder geschwächtem Immunsystem.

Menschen über 50 Jahre.

Grundsätzlich wird empfohlen:

Wenig direkter Kontakt mit Menschen (wenn möglich).

Reisen vollständig vermeiden.

Nach Möglichkeit zu Hause bleiben.

Wer sich krank fühlt, sollte:

nicht zur Arbeit gehen.

nicht in die Schule gehen.


nicht gleich zum **Arzt** gehen – sondern erst dort anrufen!


Telefon-Nummern bei Corona-Verdacht:

1. Den eigenen Hausarzt bzw. die Hausärztin anrufen.
2. **Tel.: 116 117 – [Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst](#) | [Patienten-Service](#)**

Weitere Telefon-Nummern zum Thema: Corona-Virus




[↗](#) **Corona-Virus in Leichter Sprache (BMG)** 
Informationen des Bundes-Gesundheits-Ministeriums in Leichter Sprache.

[↗](#) **Corona-Virus in Leichter Sprache (Leicht ist klar)** 
Leichte Sprache – Angebot des Büros: "Leicht ist klar".

[↗](#) **Corona-Virus in Leichter Sprache (NRW)** 
Informationen der Lebenshilfe Heinsberg zum Corona-Virus.

[↗](#) **Corona-Virus in Gebärdensprache**
Informationen vom Kompetenzzentrum Selbstbestimmt Leben (KSL-MSI-NRW).

 **Wichtig: Hygiene schützt vor Ansteckung!** PDF, 306 KB
Ein Merkblatt zu den wichtigsten Hygiene-Maßnahmen zum Schutz vor Infektionen.

simpleshow erklärt das Coronavirus



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, Kopf- und Gliederschmerzen, Übelkeit, oder Atem-Probleme bekommen. Wichtig: Manche Menschen haben kaum Symptome. Sie können trotzdem andere anstecken.

2.) Test durch einen Arzt oder eine Ärztin: Merkt man diese Anzeichen, sollte man über das Telefon mit einem Arzt oder einer Ärztin sprechen. 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](#) 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.

Informationen für Dienste und Einrichtungen

Dienste und Einrichtungen wenden sich mit Fragen zum Corona-Virus bitte direkt an das zuständige Gesundheitsamt. Dieses findet man über ein Online-Tool des Robert Koch Instuts.

[➤ Zuständiges Gesundheitsamt finden](#)

Informationen für Mitarbeiter*innen in Werkstätten

Es werden viele Werkstätten und Tagesstätten für Menschen mit Behinderung geschlossen.

Wir gehen davon aus, dass dies in den nächsten Tagen noch zunimmt (Stand: 17.03.2020).

Das Virus tritt je nach Region unterschiedlich stark auf.

Jede Lebenshilfe-Einrichtung trifft eigene Entscheidungen.

Die Maßnahmen können sich also von Ort zu Ort unterscheiden.

Bitte wenden Sie sich deshalb direkt an Ihre Lebenshilfe vor Ort.

Dort erfahren Sie, was Sie beachten müssen.

Dort wird auch entschieden, ob Einrichtungen geschlossen werden.

[➤ Übersicht über die Lebenshilfe-Einrichtungen](#)

Hier finden Sie eine Lebenshilfe in Ihrer Nähe.



Weitere Links und Informationen zum Corona-Virus

[➤ Robert Koch Institut](#)
Bundesoberbehörde für Infektionskrankheiten.

[➤ Bundesministerium für Gesundheit](#)
Aktuelle Informationen, FAQs und Anleitungen zum Herunterladen.

[➤ Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung](#)
Antworten auf häufig gestellte Fragen zum neuartigen Corona-Virus.

[📄 FAQ zum Corona-Virus PDF, 196 KB](#)
Ein Angebot von Infektionsschutz.de.

[Zurück](#)

WEITERE INHALTE, DIE SIE INTERESSIEREN KÖNNTEN:

Bildung

Kinder mit Down-Syndrom im Teenageralter

16.04.20

Informations- und Austauschforum für Eltern von Kindern mit Down-Syndrom, die die Grundschule abschließen. Das Seminar findet vom 16. bis zum 18.04.2020 in Marburg statt.

[mehr](#)

Presse



© Ulla Schmidt

Ulla Schmidt zu Corona: Schutz und Versorgung von Menschen mit Behinderung sicherstellen

Das Corona-Virus breitet sich immer weiter aus. Auf Menschen mit Behinderung müssen jetzt alle besonders achten. Bei ihnen ist das Risiko oft höher, dass sie schwer erkranken.

[mehr](#)



Aus dem Leben

Persönliche Erlebnisse und Erfahrungen direkt aus dem Leben von Menschen mit und ohne Behinderung. Sie erzählen, was sie bewegt. Hier lesen Sie mehr dazu.

[mehr](#)