



[Home](#) | [Press](#) | [Press releases](#)

03/17/2020

Recommendations for behavior to protect against the corona virus in everyday life

BZgA: Everyone can help to protect themselves and others!

Cologne, March 17, 2020. The corona virus changes the everyday life of people in Germany. The Federal Center for Health Education (BZgA) and the Federal Office for Civil Protection and Disaster Relief (BBK) support with recommendations for protection against the corona virus in cooperation. The indications range from behavior in the private environment, in the family to the professional environment.

Dr. med. Heidrun Thaiss, head of the BZgA, emphasizes: “Stay at home as often as possible and reduce personal encounters with others. Older or chronically ill people in particular now need our special protection. Everyone can help protect themselves and others. Keep your distance and observe the hygiene rules. Limit your stay and contacts in public space to a large extent. Stay at home whenever possible. If you experience symptoms of illness, especially fever, cough, body aches and severe illness, contact your doctor by phone. Solidarity among each other is more important than ever. Help older family members or needy neighbors by running errands for them, for example.”

Die BZgA weist darauf hin, dass einfache Maßnahmen helfen können, sich selbst und andere vor Ansteckungen zu schützen:

- Halten Sie Abstand zu anderen Menschen.
- Niesen oder husten Sie in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch.
- Waschen Sie regelmäßig und gründlich Ihre Hände.
- Nutzen Sie, wenn möglich, keine öffentlichen Verkehrsmittel. Gehen Sie zu Fuß.
- Kaufen Sie nicht in Stoßzeiten ein.
- Meiden Sie Menschengruppen.

Das von BZgA und BBK veröffentlichte Merkblatt mit Verhaltensempfehlungen für den Alltag zum Schutz vor dem Coronavirus ist als PDF-Format zum Download und als Ausdruck verfügbar unter: www.infektionsschutz.de/corona-verhaltensempfehlungen

Die BZgA informiert zum Coronavirus auf ihrer Webseite www.infektionsschutz.de: Die stetig aktualisierten Informationen zu häufigen Fragen zum Thema sind als Merkblatt im PDF-Format zum Download und als Ausdruck verfügbar und als Erklärvideos aufbereitet. Auch mehrsprachige Informationen und Hinweise für spezielle Zielgruppen, wie beispielsweise Pflegeeinrichtungen oder ein Erklärvideo in Gebärdensprache, bietet die Internetseite. <https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-sars-cov-2.html#c11965>

(Diese Pressemitteilung können Sie als PDF-Datei herunterladen)

© BZgA The Federal Center for Health Education is a specialist authority in the division of the Federal Ministry of Health.

[SITEMAP](#) [KONTAKT](#) [IMPRESSUM](#) [DATENSCHUTZ](#) [EN](#)  [GEBÄRDENSPRACHE](#)  [LEICHTE SPRACHE](#)