

## Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

seit Mitte Dezember 2020 befinden wir uns schon im 2. Lockdown. Diese Situation ist für alle schwer zu ertragen. Der Kontakt zu anderen Menschen fehlt uns besonders. Leider sind die Corona-Regeln aber notwendig, um die Pandemie zu bekämpfen und die Infektionszahlen zu senken. Denn täglich sterben in Deutschland Menschen am Corona-Virus. Auch in den Krankenhäusern sind viele Patientinnen und Patienten, die unter dem Corona-Virus leiden.

Die Impfungen sind gestartet. Aber es wird noch Monate dauern, bis alle Personen eine Impfung bekommen haben. Leider gibt es jetzt noch gefährlichere Varianten des Coronavirus. Diese Varianten sind infektiöser. Das heißt, wir stecken uns leichter und schneller mit diesen Coronavirus-Varianten an.

Damit wir aber alle hoffentlich bald wieder mehr machen können (Kita und Schule besuchen, zur Arbeit gehen, einkaufen, Sport treiben, Veranstaltungen besuchen, ...) müssen die Infektionszahlen weiter sinken. Im Ennepe-Ruhr-Kreis sinken die Zahlen aber im Moment nicht mehr. Sie bleiben leider gleich oder steigen sogar wieder an. Das zeigt uns der sogenannte Inzidenzwert – die Zahl der Neuinfektionen pro 100.000 Einwohnerinnen und -einwohnern. Der Inzidenzwert sollte so niedrig wie möglich sein. Er sollte bei maximal 50, besser bei 35 liegen. Im Ennepe-Ruhr-Kreis ist er aber leider mehr als doppelt so hoch.

## Deswegen brauchen wir dringend Ihre Mithilfe!

- Halten Sie immer Abstand – mindestens 1,50 Meter.
- Treffen Sie sich nicht mit Personen aus anderen Haushalten – auch nicht mit Verwandten oder Freunden.
- Achten Sie auf die Hygiene: Husten und niesen Sie immer in die Armbeuge. Waschen und desinfizieren Sie oft Ihre Hände.
- Tragen Sie immer eine neue medizinische Maske (FFP2- oder OP-Maske).
- Lüften Sie Ihre Zimmer und Räume mehrmals täglich bei weit geöffnetem Fenster – auch wenn es draußen kalt sein sollte.
- Laden Sie die Corona-Warn-App herunter und nutzen Sie alle Funktionen.
- Wenn Sie Corona-Symptome haben wie Fieber, Husten, Halsschmerzen, Schnupfen, Atemnot, Geschmacksverlust, Kopfschmerzen ..., bleiben Sie zuhause und informieren Sie Ihren Hausarzt. Machen Sie einen Termin für einen Corona-Test bei Ihrem Hausarzt.
- Informieren Sie Personen, die sie getroffen haben, so schnell wie möglich, wenn Sie positiv auf das Coronavirus getestet wurden. Sie und alle Personen, mit denen Sie zusammenleben, müssen sofort für mindestens 10 Tage in Quarantäne und komplett zuhause bleiben.

**Das Corona-Virus können wir nur gemeinsam eindämmen!**

**Helfen Sie mit, vielen Dank!**

### **Kontakt:**

Kommunales Integrationszentrum des Ennepe-Ruhr-Kreises

Mail: [ki-coronainfo@en-kreis.de](mailto:ki-coronainfo@en-kreis.de)

Web: <http://www.enkreis.de/bildungintegration/kommunales-integrationszentrum.html>

Das Kommunale Integrationszentrum wird gefördert durch

Ministerium für Kinder, Familie,  
Flüchtlinge und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für  
Schule und Bildung  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## zСоблюдайте режим предохранительных мер!



Дорогие сограждане,

уже с середины декабря 2020 года мы находимся во втором локдауне. Эту ситуацию тяжело переносить всем. Нам особенно не хватает контакта с другими людьми. Однако, к сожалению, соблюдение правил необходимо для борьбы с пандемией и для сокращения числа инфекций. Потому что каждый день в Германии люди умирают от коронавируса. В больницах находятся также много пациентов, страдающих от коронавирусной инфекции.

Вакцинация началась. Но пройдет еще несколько месяцев, пока все получат вакцину. К сожалению, сейчас появились еще более опасные варианты коронавируса. Эти варианты более заразны. Это означает, что мы можем легче и быстрее заразиться этими вариантами коронавируса.

Однако для того, чтобы надеяться на более скорое возвращение к привычной жизни (посещать детские сады и школы, ходить на работу, ходить по магазинам, заниматься спортом, посещать мероприятия, ...), число зараженных должно продолжать падать. Однако в Эннепе-Рурском районе в настоящее время цифры больше не падают. К сожалению, они остаются прежними или даже снова растут. Об этом свидетельствует так называемая величина заболеваемости - количество новых случаев инфицирования на 100 000 жителей. Величина заболеваемости должна быть как можно ниже. Максимально 50, лучше 35. Однако в Эннепе-Рурском районе, к сожалению, она более чем в два раза выше.

### Вот почему нам срочно нужна ваша помощь!

- Всегда соблюдайте социальную дистанцию - не менее 1,50 м.
- Не встречайтесь с людьми из других семей - даже с родственниками или друзьями.
- Обратите внимание на соблюдение гигиены: всегда кашляйте и чихайте в локтевой сгиб. Регулярно мойте и дезинфицируйте руки.
- Всегда носите новую медицинскую маску (FFP2 или хирургическую маску).
- Несколько раз в день проветривайте комнаты и помещения с широко открытыми окнами - даже если на улице холодно.
- Скачайте мобильное приложение федерального правительства Corona-Warn-App и используйте все его возможности.
- Если у вас появились такие симптомы, как повышенная температура, кашель, боль в горле, насморк, одышка, потеря вкуса, головная боль... оставайтесь дома и сообщите об этом вашему семейному врачу. Запишитесь на прием к врачу-терапевту для проведения теста на коронавирус.
- Информировать как можно скорее людей, с которыми вы встречались, если у вас есть положительный результат теста на коронавирус. Вы и все лица, с которыми вы проживаете в вашем домохозяйстве, должны быть немедленно помещены в карантин и полностью содержаться дома не менее 10 дней.

**Мы можем уменьшить распространение коронавируса только совместными усилиями!**

**Помогите нам, спасибо!**

DIE CORONA-WARN-APP:  
**UNTERSTÜTZT UNS IM  
KAMPF GEGEN CORONA.**  
Jetzt die Corona-Warn-App herunterladen  
und Corona gemeinsam bekämpfen.