



## Vier Tipps gegen Corona: Für unsere Gesundheit – auch bei niedrigen Inzidenzen – bis Frühjahr 2022

Abstand



**1 |**  
**Grundsätzlich gilt:**  
**AHA+A+L**

Hygiene



Mund-Nasen-Schutz (MNS)/  
OP-Maske



Geimpft



**2 |**  
**Triffst Du Dich**  
**außerhalb Deines**  
**Haushalts, dann**  
**nur vollständig**  
**geimpft, genesen\***  
**oder tagesaktuell**  
**getestet\*\*!**

Genesen

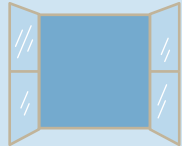


\*Genesene: Nachweis  
positiver PCR-Test, der  
mindestens 28 Tage und  
maximal 180 Tage  
zurückliegt.

+ Corona-Warn-App



+ Lüften



Getestet



\*\*In festen Gruppen/am  
Arbeitsplatz/in der  
Schule/in der Kita oder  
Krippe mindestens 2x  
wöchentlich testen.

Erkältungsanzeichen?

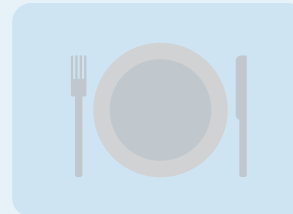


**3 |**  
**Wenn Du**  
**Erkältungs-**  
**anzeichen hast,**  
**bleibe zuhause**  
**und kontaktiere**  
**eine Arztpraxis,**  
**um abzuklären ob**  
**du dich dort testen**  
**lassen solltest.**

Zuhause  
bleiben!



**4 |**  
**Außerhalb des engen**  
**privaten Umfelds**  
**bleibt in Innenräumen**  
**die OP-Maske/der**  
**MNS auf – auch unter**  
**Genesenen/Geimpften.**  
**In der Innengastronomie**  
**entfällt der MNS**  
**am Platz. Im Außen-**  
**bereich kann der MNS**  
**bei einem Abstand**  
**>1,5m in der Regel**  
**entfallen.\***



\*Detaillierte Maßnahmen für  
verschiedenen Stufen und  
Settings innerhalb der RKI  
ControlCovid Strategie finden  
sich auf <http://rki.de/control-covid> (Abb 2).