



Corona-Regeln in NRW

NRW ist die Abkürzung für das Bundes-Land Nordrhein-Westfalen.

Diese Regeln gelten ab dem 5. Mai 2022.

Es gibt eine Verordnung wegen dem Corona-Virus.

Es gibt neue Corona-Regeln.

Die Bundes-Regierung von Deutschland hat die Regeln festgelegt.

Die Regierung von NRW hat dazu eine Verordnung gemacht.

In der Verordnung steht:

Was ist in NRW erlaubt und was ist verboten?

Alle aktuellen Infos finden Sie im Internet.

Das ist die Internet-Adresse: **www.mags.nrw/coronavirus**

Es gibt dort auch Infos in Leichter Sprache:

- Infos über das Corona-Virus und über Masken
- Infos über die Corona-Impfung
- Infos über die Einreise-Regeln
- Diese Info über die Corona-Regeln in NRW



Es gibt nur noch ganz wenige Corona-Regeln:

- Die Test-Pflicht in wenigen Bereichen
- Die Masken-Pflicht in wenigen Bereichen
- Die Quarantäne-Regeln



Die Hotspot-Regeln

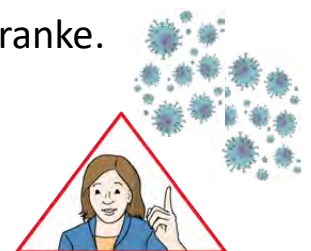
Vielleicht gibt es in einem Bereich besonders viele Corona-Kranke.

Dann können die Regeln dort wieder strenger sein.

Diesen Bereich nennt man Hotspot.

Das ist ein englisches Wort und bedeutet:

In diesem Bereich muss man Corona genau beobachten.



Corona-Regeln in 2 Ausführungen

Änderungen von den Regeln soll man schnell erkennen.

Deshalb gibt es die Corona-Regeln in Leichter Sprache

in 2 Ausführungen:

- Ohne Markierungen.
- Alle wichtigen Änderungen sind gelb markiert.



Inhalts-Verzeichnis von den Corona-Regeln in NRW

Es gibt eine Verordnung wegen dem Corona-Virus.....1

Die Test-Pflicht.....	3
Die Masken-Pflicht.....	3
Das Haus-Recht.....	4
Die Quarantäne-Regeln.....	5
Die AHA + L-Regeln.....	7

Was sind typische Krankheits-Zeichen für Corona?.....8

Die Auffrischungs-Impfung oder Booster-Impfung.....9

Infos zu den Corona-Tests.....10

Infos zu den Masken.....12

Infos zu den Corona-Apps für das Handy.....13

Haben Sie Fragen?.....14

Die Corona-Regeln sind jetzt sehr locker.

Es gibt nur noch die Test-Pflicht und die Masken-Pflicht.

Und die Quarantäne-Regeln.



Trotzdem sollen alle Menschen weiter vorsichtig sein.

Die Test-Pflicht

Die Test-Pflicht gilt nur noch in wenigen Bereichen.

Zum Beispiel

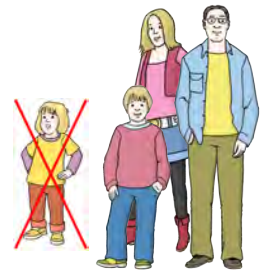
- beim Besuch im Pflege-Heim oder Wohn-Heim
- wenn man ins Krankenhaus geht



Dort muss man ein negatives Test-Ergebnis zeigen.

Die Test-Pflicht gilt für Erwachsene und Jugendliche.

Und für Kinder ab 6 Jahren.



Mindestens 1 Schnell-Test pro Woche ist kostenlos.



Mehr Infos zu den Tests stehen auf den Seiten 9 und 10.

Die Masken-Pflicht

Die Masken-Pflicht gilt nur noch in wenigen Bereichen.

Zum Beispiel

- in Bus, Bahn und Taxi.
- beim Besuch im Pflege-Heim oder Wohn-Heim.

Ausnahme:

Wenn Bewohner und Besucher geimpft oder genesen sind.

- im Krankenhaus und beim Arzt.
- in einigen anderen Gesundheits-Einrichtungen.



OP-Maske



FFP2-Maske
KN95-Maske

Die Masken-Pflicht gilt für Erwachsene und Jugendliche.

Und für Kinder ab 6 Jahren.

Sie gilt auch für genesene und geimpfte Menschen.



Wenn man Masken-Regeln beachten muss,
dann muss man immer medizinische Masken tragen.
Alltags-Masken reichen **nicht** aus.



Ausnahme:

Kinder bis 13 Jahren dürfen eine Alltags-Maske tragen,
wenn die medizinische Maske dem Kind zu groß ist.

Ausnahmen von der Masken-Pflicht

Manche Menschen haben vielleicht
sehr große Probleme mit der Maske.

Diese Menschen können ihren Arzt
um eine Bescheinigung bitten.

Nur mit dieser Bescheinigung darf man ohne Maske gehen.



Draußen sollte man freiwillig
eine medizinische Maske tragen,
wenn viele Menschen eng zusammen sind.



Mehr Infos zu Masken stehen auf Seite 11.

Das Haus-Recht

Bei manchen Veranstaltungen oder an manchen Orten
kann es trotzdem strengere Regeln geben.

Zum Beispiel Masken-Pflicht, G-Regeln oder Mindest-Abstand.

Die Verantwortlichen dürfen dort strengere Regeln machen.

Zum Beispiel bei einer Veranstaltung, in einem Club,
in einem Laden oder Restaurant oder beim Sport.

Und auch bei der Arbeit.



An diese Regeln muss man sich dort halten.

Das nennt man Haus-Recht.

Die Quarantäne-Regeln

Wenn man Krankheits-Zeichen von Corona hat

Dann soll man sich freiwillig an diese Regeln halten:

- Man soll möglichst **keine** anderen Menschen treffen.
- Man soll sofort einen Corona-Test machen.

Das kann auch ein Selbst-Test sein.

Wenn der Selbst-Test positiv ist,
muss man noch einen Test bei Fachleuten machen.

Die Fachleute sagen, wie es weitergeht.



Infos zu den Krankheits-Zeichen von Corona stehen auf Seite 8.

Wenn man Corona hat

Dann muss man in Quarantäne gehen.

- Man muss zu Hause bleiben
und darf **keinen** Besuch bekommen.
- Man muss sofort alle Menschen informieren,
mit denen man in den letzten 2 Tagen engen Kontakt hatte.

- Die Quarantäne dauert 10 Tage
ab dem 1. Tag mit Krankheits-Zeichen
oder ab dem positiven Corona-Test.

Je nachdem was zuerst war.

Wenn man mit der Dauer unsicher ist,
kann man das Gesundheits-Amt oder den Arzt fragen.

- Die Quarantäne endet automatisch nach 10 Tagen.
Dafür braucht man **keinen** negativen Test.
- Man kann die Quarantäne auf 5 Tage abkürzen.
Dafür braucht man einen negativen Corona-Test.

Fachleute müssen den Test machen.

Ein Selbst-Test reicht **nicht**.

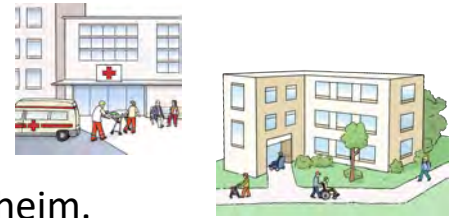


Manche Leute arbeiten mit Menschen,
für die Corona besonders gefährlich ist.

Zum Beispiel im Krankenhaus, Pflegeheim oder Wohnheim.

Dann gelten strengere Regeln.

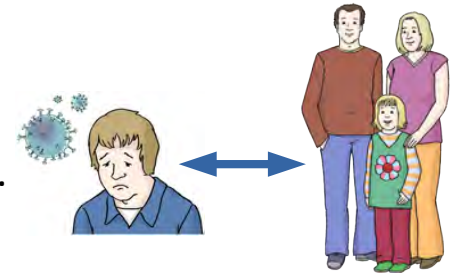
Der Arbeitgeber erklärt die Regeln.



Kontakt-Personen von einem Corona-Kranken

Das sind Personen,
die engen Kontakt mit einem Corona-Kranken hatten.

Das sind auch Menschen,
die im Haushalt vom Corona-Kranken wohnen.



Die Regeln für Kontakt-Personen sind **keine** Pflicht.

Die Regeln für Kontakt-Personen sind freiwillig.

Man soll sich trotzdem 5 Tage an diese Regeln halten:

- Man soll möglichst **keine** anderen Menschen treffen.
Vor allem **nicht** drinnen oder in großen Gruppen.
- Man soll eine medizinische Maske tragen,
wenn man andere Menschen trifft.
- Man soll möglichst zu Hause arbeiten.
Das nennt man Home-Office.
Das spricht man so: Hohm-Offis.
- Man soll regelmäßig einen Selbst-Test machen.
Am besten jeden Tag 1 Mal.
- Man soll auf Krankheits-Zeichen achten.
Zum Beispiel jeden Tag Fieber messen.
Wer Krankheits-Zeichen für Corona hat,
muss sofort einen Corona-Test bei Fachleuten machen.
Das kann ein Schnell-Test sein oder ein PCR-Test.



Die AHA-Regeln sind jetzt freiwillig.
Aber es ist gut, wenn sich alle daran halten.
Damit man sich **nicht** so leicht ansteckt.

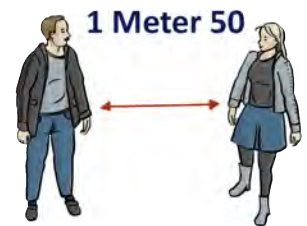
Die AHA + L-Regeln

AHA ist eine Abkürzung.

Die Buchstaben bedeuten:

A Abstand halten

Wenn möglich 1 Meter 50 Abstand halten.
Besser sind 2 Meter Abstand.



H Hände sauber halten

Hände immer desinfizieren oder mit Seife waschen.
Husten oder niesen nur in die Armbeuge.



A Alltags-Maske tragen

An manchen Orten muss man eine Maske tragen.
Zum Beispiel im Bus und in der Bahn.
Oder beim Arzt oder im Krankenhaus.
Dort reicht die Alltags-Maske **nicht**.



Dort muss man eine medizinische Maske tragen.
Also eine OP-Maske oder FFP2-Maske.

OP-Masken schützen besser als Alltags-Masken.

FFP2-Masken schützen am besten.

Man kann überall auch freiwillig eine Maske tragen.



OP-Maske



FFP2-Maske

Ein Buchstabe kommt noch dazu:

L Lüften

Man soll so oft wie möglich lüften.
Es gibt Geräte, die reinigen die Luft.
Diese Geräte helfen auch.



Was sind typische Krankheits-Zeichen für Corona?

Typische Krankheitszeichen für Corona sind zum Beispiel:

- Schnupfen
- Niesen.
- Kopf-Schmerzen
- Hals-Schmerzen.
- Man fühlt sich sehr müde.
- Man hat **keinen** Appetit.
- Man kann vielleicht schlecht riechen oder schmecken.
- Manchmal auch Fieber oder Husten.



Wichtig:

Wenn man typische Krankheits-Zeichen für Corona hat, soll man sofort in Quarantäne gehen.

Quarantäne ist ein anderes Wort für Isolierung.

Man spricht das so: Kwarantäne.

Isolierung heißt: man soll zu Hause bleiben.

Und man soll **keinen** Besuch bekommen.

Man soll sich sofort beim Arzt melden.

Man kann auch diese Nummer anrufen: 116 117.

Der Arzt oder das Gesundheits-Amt sagen, welche Regeln man dann einhalten muss.

Vielleicht muss man einen Corona-Test machen.

Mehr zu den Quarantäne-Regeln steht auf Seite 5.



Die Auffrischungs-Impfung oder Booster-Impfung

Boostern ist ein englisches Wort.

Man spricht das so: buhstern.

Das Wort heißt: verbessern oder verstärken.

Bei der Corona-Impfung bedeutet das:

Der volle Impf-Schutz wird mit der Zeit weniger.

Auch wenn man zwei Impfungen hatte.

Manchmal stecken sich dann
auch geimpfte Menschen an.

Vielleicht ist die letzte Impfung zu lange her.

Oder das Corona-Virus hat sich verändert.

Dann ist es gut,

wenn man nochmal eine Impfung bekommt.

Das nennt man Auffrischungs-Impfung.

Oder Booster-Impfung.

Das ist auch bei anderen Impfungen oft so.

Zum Beispiel bei der Grippe-Impfung.

Der Abstand von der letzten Impfung zur Booster-Impfung
soll mindestens 3 Monate sein.

Für manche Menschen ist es gut,

wenn sie eine zweite Booster-Impfung bekommen.

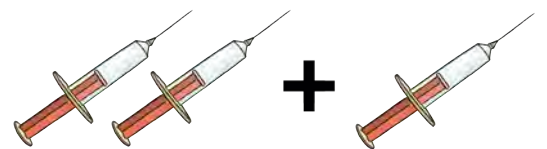
Wenn man Fragen dazu hat,

kann man seinen Arzt fragen.

Es gibt Infos zum Impfen in Leichter Sprache:

Klicken Sie hier

zu den Impf-Infos in Leichter Sprache



Infos zu den Corona-Tests

Den Corona-Test muss man bei Fachleuten machen.

Zum Beispiel: beim Arzt, in der Apotheke
oder in einem Test-Zentrum.

Man kann im Internet schauen oder bei der Stadt fragen:
Wo kann man einen Corona-Test machen?



Es gibt eine Ausnahme:

Den Selbst-Test kann man selber machen.



Es gibt verschiedene Corona-Tests:

Der PCR-Test

- Nur Fachleute dürfen den Test machen.
- Ein Labor prüft den Test.
- Das Ergebnis bekommt man nach 1 bis 2 Tagen
als Bescheinigung oder als Mail oder in der Handy-App.
Manchmal geht es auch schneller.
- Der Test ist sehr sicher.
Die Ergebnisse vom Test stimmen.



Der Schnell-Test

- Nur Fachleute dürfen den Test machen.
- Die Fachleute prüfen den Test sofort.
- Das Ergebnis bekommt man nach 15 Minuten
als Bescheinigung oder als Mail oder in der Handy-App.
- Der Test ist **nicht** so sicher wie der PCR-Test.

Wenn der Schnell-Test positiv ist,
sollte man deshalb noch einen PCR-Test machen.
Und man muss sofort in Isolierung gehen.
Die Fachleute sagen, wie es weiter geht.



Der Selbst-Test

- Kann man im Laden und im Internet kaufen.
- Den Test kann man selber machen.
- Das Ergebnis hat man nach 15 Minuten.
- Der Test ist **nicht** so sicher wie der PCR-Test.



Wenn der Selbst-Test positiv ist,
muss man bei Fachleuten noch einen Test machen.
Zum Beispiel in einem Test-Zentrum.
Bis dahin soll man in Isolierung gehen.
Die Fachleute sagen, wie es weiter geht.



Der begleitete Selbst-Test mit Aufsicht

- Ist genauso wie der Selbst-Test.
- Aber eine Aufsichts-Person begleitet den Selbst-Test.



Die Aufsichts-Person hat eine Schulung für Selbst-Tests gemacht.
Diese Person passt auf, dass man den Test richtig macht.
Deshalb gilt dieser Test manchmal auch als Beweis.
Die Aufsichts-Person prüft den Test nach 15 Minuten.
Manchmal bekommt man das Ergebnis als Bescheinigung.
Dieser Test kann freiwillig angeboten werden.
Zum Beispiel von Veranstaltern, Läden oder Restaurants.
Dort gibt es aber **keine** Bescheinigung.



Das Test-Ergebnis kann positiv oder negativ sein.

Positiver Corona-Test

- Der Test hat Corona-Viren gefunden.
- **Wahrscheinlich hat man Corona.**



Negativer Corona-Test

- Der Test hat **keine** Corona-Viren gefunden.
- Wahrscheinlich hat man **kein** Corona.



Nur die Ergebnisse vom PCR-Test sind ganz sicher.

Infos zu den Masken

Es gibt verschiedene Arten von Masken:

Alltags-Masken

Das sind gekaufte oder selbst gemachte Stoff-Masken.

Das kann auch ein Tuch oder Schal sein.



Medizinische Masken

Das sind OP-Masken.

Oder FFP2-Masken und KN95-Masken.

FFP2-Masken ohne Ventil schützen am besten.



OP-Maske

FFP2-Maske
KN95-Maske

 **Das müssen Sie beachten**

Wichtig: man muss die Maske über Mund und Nase tragen.

Es gibt mehr Infos zu den Masken in Leichter Sprache:

Oder klicken Sie hier
zu den Masken-Infos in Leichter Sprache



Infos zu den Corona-Apps für das Handy

Man kann die Beweise für 2G oder 3G auf Papier haben.
Man kann sie auch auf dem Handy haben.
Dazu braucht man einen QR-Code und eine Handy-App.



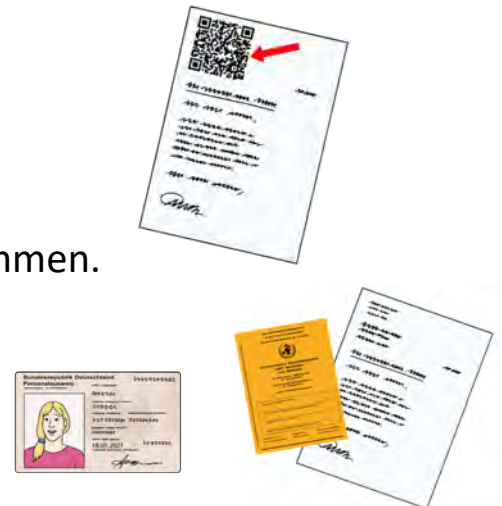
Der QR-Code

Der QR-Code ist oft auf der Bescheinigung vom Impfen oder vom Corona-Test.

Wenn **kein** QR-Code auf der Bescheinigung ist, kann man den QR-Code auch in Apotheken bekommen.

Dazu muss man die Bescheinigung vom Impfen oder vom Corona-Test zeigen.

Und man muss den Ausweis zeigen.



Die Handy-App

Es gibt zwei Handy-Apps für die 3G-Bescheinigung.

Die Apps sind freiwillig und kostenlos.

- Die **Corona-Warn-App** ist von der Bundes-Regierung.

Hier kann man die App herunterladen:



- Die **CovPass-App** ist vom Robert-Koch-Institut.

Hier kann man die App herunterladen:



Wenn man den QR-Code hat, muss man ihn mit dem Handy einscannen.
Dann kann man den QR-Code vom Handy als Beweis für 2G oder 3G vorzeigen.



Haben Sie Fragen?

Hier bekommen Sie mehr Infos zum Corona-Virus
und zu den Corona-Regeln:

Rufen Sie hier an: **0211 - 91 19 10 01**



Oder schreiben Sie eine Mail an: **corona@nrw.de**



Oder schauen Sie auf der Corona-Seite
vom Ministerium nach: **www.mags.nrw/coronavirus**



Wir wünschen Ihnen, dass Sie gesund bleiben.



**Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales
Nordrhein-Westfalen hat diesen Text gemacht.**

Die Agentur Barrierefrei NRW hat den Text in Leichte Sprache übersetzt.
Beschäftigte aus der Werkstatt in der Evangelischen Stiftung Volmarstein
haben den Text geprüft.

Das Europäische Logo für einfaches Lesen ist von © Inclusion Europe.

Die Bilder „Virus“, „Impfen“, div. „Masken“, „Schal“, „Abstrich-Nase“, „Abstand“,
„Hände-waschen“, „Niesen“, sind von © Inga Kramer, www.ingakramer.de.

Alle anderen Bilder sind von © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger
Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

Dieser Text ist nur in männlicher Sprache geschrieben.

Wir machen das so, damit man den Text besser lesen kann.

Zum Beispiel steht im Text nur das Wort **Mitarbeiter**.

Das Wort **Mitarbeiterin** steht **nicht** im Text.

Mitarbeiter können Männer und Frauen sein.

Männer und Frauen sind gleich wichtig.

