

Wir feiern Weihnachten 2020... anders!

druckerei staedteregion aachen/a 53/hygieneempfehlung für senioren/weihnachten 12.20
Oksana_Nazarchuk/stock.adobe.com



Soziale Region

BildungsRegion

Nachhaltige Region

Aktive Region

Wir gestalten Zukunft!

www.staedteregion-aachen.de

StädteRegion Aachen
Der Städteregionsrat
A 53 | Gesundheitsamt
52090 Aachen

Michaela Schmidtke
Telefon +49(241)5198-5378
E-Mail michaela.schmidtke@staedteregion-aachen.de



[StaedteRegion.Aachen](https://www.facebook.com/StaedteRegion.Aachen)



[staedteregion_aachen](https://www.instagram.com/staedteregion_aachen)



[@SR_Aachen_News](https://twitter.com/SR_Aachen_News)



[StaedteRegionAachen](https://www.youtube.com/StaedteRegionAachen)

Ein frohes Weihnachtsfest

wünschen Ihnen das Kompetenznetz
„Gesundheitsförderung im Alter“ und das
Gesundheitsamt der StädteRegion Aachen

Weihnachten ist ein Fest, wo alle zusammen feiern und man Verwandte sieht, die man lange nicht gesehen hat.

Viele freuen sich vor allem auf das gemeinsame Essen mit der Familie und natürlich auf die Geschenke, denn es ist ein schöner Brauch sich gegenseitig eine Freude zu machen. Dieses Jahr ist es allerdings eine besondere Situation, die besondere Maßnahmen erfordert.

Das Kompetenznetz und das Gesundheitsamt der StädteRegion möchte Ihnen dabei helfen, Ihr Weihnachten 2020 trotz „Corona“ entspannt feiern zu können. Dabei ist es wichtig, sich selbst und andere zu schützen.

Hierzu möchten wir Ihnen folgende Empfehlungen geben:



Feiern Sie nur mit gesunden Menschen, die nicht unter Quarantäne stehen. Je kleiner der Kreis Ihrer Besucher ist, desto sicherer ist die Feier. Berücksichtigen Sie unbedingt die aktuell gültigen Coronaschutzbedingungen.



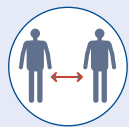
Tragen Sie bei der Begrüßung und wenn Sie von Ihrem Platz aufstehen einen Mund-Nasenschutz.



Waschen Sie sich nach dem Eintreten Ihre Hände gründlich mit flüssiger Seife oder nutzen Sie ein geeignetes Hände-Desinfektionsmittel. Dies gerne öfter am Tag. Vermeiden Sie es, mit den Händen Ihr Gesicht zu berühren.



Auch wenn es schwerfällt: bitte geben Sie sich nicht die Hand und umarmen Sie sich nicht.



Halten Sie untereinander ausreichenden Abstand. Empfehlenswert beim Essen ist ein Abstand von 1,5 - 2 Metern.



Wenn alle ihre Hände gründlich gereinigt haben, kann sich jeder selbst bedienen.



Kleine Snacks, Kuchen oder Kekse können für jeden Gast auf Tellern vorbereitet werden.



Wenn Sie das Essen auf einzelnen Tellern servieren, können Sie auf die Schüsseln am Tisch verzichten.



Genießen Sie höchstens eine geringe Menge an Alkohol.



Öffnen Sie – trotz der Kälte– spätestens nach 30 Minuten alle Fenster in der Wohnung für 5-10 Minuten.

Wenn Sie das Risiko der Übertragung des Virus auf Ihre Familie noch weiter verringern wollen, empfehlen wir Ihnen, eine Woche vor dem Weihnachtsfest Ihre persönlichen Kontakte auf ein Minimum zu reduzieren.

*Achten Sie bitte auf die aktuelle Lage in der StädteRegion Aachen, diese finden Sie unter:
www.staedteregion-aachen.de/corona*

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie ein schönes Weihnachtsfest und ein gesundes Jahr 2021!

