

Verhaltensregeln in Zeiten der COVID-19-Pandemie

Die Corona-Pandemie hat vieles, was für uns und unsere Gesellschaft selbstverständlich erschien, auf den Kopf gestellt. Veranstaltungen, Konzerte, Meisterschaften und Versammlungen fallen aus, Schulen, Universitäten, Geschäfte oder Behörden bleiben geschlossen. Das öffentliche und private Leben soll zur Eindämmung des Covid-19 Virus' weitestgehend reduziert werden. In den letzten Tagen sind nach und nach viele Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Krise und zum Schutz der Bevölkerung beschlossen worden.

Die Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung hat die wichtigsten Regeln hier für Sie noch einmal zusammengestellt und sie zwecks schnellerer Verbreitung in folgende Sprachen übersetzt:

Englisch	Seite 6
Französisch	Seite 11
Türkisch	Seite 17
Russisch	Seite 22
Polnisch	Seite 28
Griechisch	Seite 33
Spanisch	Seite 39
Arabisch	Seite 45
Farsi	Seite 50

Bleiben Sie gesund!

Ihre

Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung

Was ist erlaubt - was nicht?

In den letzten Tagen sind nach und nach viele Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Krise und zum Schutz der Bevölkerung beschlossen worden. Wir haben für Sie die wichtigsten Regeln noch einmal zusammengestellt.

Im Folgenden finden Sie eine Auflistung der bisher verabschiedeten Erlasse und Verbote für Niedersachsen. Diese Liste wird kontinuierlich erweitert bzw. je nach Rechtslage angepasst. Für weitere Details sind die Erlasse des Landes Niedersachsen unter folgendem Link abrufbar:

<https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/erlasse-und-allgemeinverfuegung/erlasse-und-allgemeinverfuegung-185856.html>

Kontaktverbot für Ansammlungen mit mehr als zwei Personen

- Ansammlungen von mehr als zwei Personen im öffentlichen Raum sind grundsätzlich verboten
- Ausgenommen werden sollen Familien sowie im Haushalt lebende Personen.
- Verstöße gegen das Kontaktverbot sollen von Ordnungsbehörden und Polizei kontrolliert und sanktioniert werden
- Gastronomie, Frisöre sowie Kosmetik-Studios sollen geschlossen bleiben
- Freizeitanlagen, Grillplätze und touristische Ziele bleiben geschlossen
- Hilfe für andere sowie individueller Sport und Bewegung an der frischen Luft seien weiterhin möglich
- Ausübung beruflicher Tätigkeiten, einschließlich der erforderlichen Bewirtschaftung landwirtschaftlicher und forstwirtschaftlicher Flächen, bleiben erlaubt
- Medizinisch dringend erforderliche ambulante oder stationäre Versorgungsleistungen, wie z. B. Arztbesuche oder Krankenhausaufenthalte, sind weiterhin erlaubt
- Teilnahme an Blutspenden bleibt weiterhin erlaubt.
- Der Besuch im Rahmen des Umgangs- und Sorgerechts bleibt im jeweiligen privaten Bereich erlaubt
- Betreuung hilfsbedürftiger Personen und Minderjähriger bleibt erlaubt
- Teilnahme an Hochzeiten im engsten Familienkreis bleibt erlaubt.
- Begleitung Sterbender und Teilnahme an Trauerfeiern im engsten Familienkreis bleiben erlaubt
- Wahrnehmung seelsorgerischer Betreuung durch einzelne Geistliche ist erlaubt

- Begleitung und Abholung von Kindern in Rahmen der Notbetreuung an Schulen und Kindertagesstätten bleibt gestattet
- Besuch von Behörden und Gerichten und anderen Hoheitsträgern bleibt gestattet.
- Versorgung, Betreuung und Ausführung von selbstgehaltenen Tieren oder Tieren, bei denen eine Versorgungspflicht besteht, bleibt erlaubt.
- Ausgenommen ist auch die unmittelbare Gefahrenabwehr für das Leben oder die körperliche Unversehrtheit einer Person oder des Eigentums sowie vergleichbare Notlagen
- Ausgenommen sind Verhaltensweisen, die auf Anordnung einer Behörde, eines anderen Verwaltungsträgers oder eines Gerichtes zu erfolgen sind.
- Gestattet ist der Aufenthalt im öffentlichen Raum zum Zwecke der Berichterstattung durch Presse- und Medienvertreter.

Geschäfte des täglichen Bedarfs bleiben - auch sonntags - geöffnet

- Offen bleiben Geschäfte des täglichen Bedarfs wie z.B. Einzelhandelsbetriebe für Lebens- und Futtermittel, Wochenmärkte, Lieferdienste, Apotheken, Sanitätshäuser, Drogerien, Tankstellen sowie Banken und Sparkassen, Poststellen, Zeitungsverkauf, Waschsalons und der Großhandel
- Zusätzlich sind Sonntagsverkaufsverbote für diese Läden bis auf Weiteres grundsätzlich ausgesetzt
- Alle anderen Geschäfte bleiben zu
- Weitere Details: <https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/erlasse-und-allgemeinverfuegung/erlasse-und-allgemeinverfuegung-185856.html>

Schließung von Einrichtungen mit Publikumsverkehr

- Spielplätze
- Bars, Clubs, Diskotheken
- Theater, Opern, Konzerthäuser, Museen
- Messen, Ausstellungen, Freizeit- und Tierparks und Anbieter von Freizeitaktivitäten (drinnen und draußen!), Spezialmärkte, Spielhallen, Spielbanken, Autowaschanlagen, Wettannahmestellen, Prostitutionsstätten, Bordelle
- Einrichtungen in denen Sportbetrieb stattfindet: Sportanlagen, Schwimm- und Spaßbädern
- Fitnessstudios

- weitere Verkaufsstellen des Einzelhandels, insbesondere Outlet-Center
- Weitere Details: <https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/erlasse-und-allgemeinverfuegung/erlasse-und-allgemeinverfuegung-185856.html>
- Einrichtungen des Gesundheitswesens bleiben unter Beachtung der gestiegenen hygienischen Anforderungen geöffnet.

Schließung gastronomischer Betriebe für Publikumsverkehr

- Restaurants, Speisegaststätten, Systemgastronomie, Imbisse und Mensen und dergleichen sind für den Publikumsverkehr zu schließen
- Die Lieferung und das Abholen mitnahmefähiger Speisen für den Verzehr zu Hause bleibt erlaubt. Die Öffnungszeiten sind auf 6 Uhr bis 18 Uhr begrenzt
- Der Verzehr ist innerhalb eines Umkreises von 50 Metern zu diesen Betrieben unzulässig
- Weitere Details: [Erlass des Niedersächsischen Gesundheitsministeriums zur Schließung von Restaurants, Speisegaststätten und Mensen vom 20.03.2020](#)

Einschränkung von Zusammenkünften

- Verboten werden Zusammenkünfte in Vereinen und sonstigen Sport- und Freizeiteinrichtungen.
- Außerdem sind auch Volkshochschulen, Musikschulen und sonstigen öffentlichen und privaten Bildungseinrichtungen geschlossen!
- Zusammenkünfte in Kirchen, Moscheen, Synagogen und die Zusammenkünfte anderer Glaubensgemeinschaften dürfen nicht mehr stattfinden!

Ausweitung von Besuchsverboten für Krankenhäuser, Pflegeheime etc.

- Auflagen für Besuchsregelungen für Krankenhäuser, Pflegeheime und ähnliche Einrichtungen. Möglich sei z.B. eine Besuchszeit von maximal einmal am Tag für eine Stunde. Menschen mit Atemwegsinfektionen sollen Besuche untersagt werden.
- Zudem gelte für diese Bereiche sowie für Universitäten, Schulen und Kindergärten ein generelles Betretungsverbot für alle, die sich in den letzten

14 Tagen in Risikogebieten im Ausland oder besonders betroffenen Regionen im Inland aufgehalten haben.

Strenge Auflagen für weitere Bereiche

- **Dienstlich** Übernachtungs-Angebote wahrzunehmen, wird nicht verboten sein. Aber solche Angebote dürfen **nicht für touristische Zwecke** genutzt werden.
- Für Touristen gilt ein Besuchs-Verbot der niedersächsischen Inseln
- Für Bau-, Garten- und Tierbedarfsmärkte werden strengere Auflagen erlassen, vor allem um Warteschlangen zu vermeiden. Wer wann Zutritt hat, soll genau geregelt werden.

Wichtige Allgemeine Verhaltensregeln

Neben den juristisch relevanten Verboten, Ausnahmen-Regelungen und Verfügungen gibt es darüber hinaus folgende - extrem wichtigen - allgemeinen Verhaltensregeln, die JEDER unbedingt einhalten sollte:

- **Abstand halten (sehr wichtig!)**
In öffentlichen Räumen, Straßenbahn, Supermarkt, etc. muss eine Abstand von 1,5 bis 2 Metern eingehalten werden. Bei einem Abstand von 2 Metern ist eine Übertragung des Virus nahezu ausgeschlossen.
- **Hände waschen (sehr wichtig!)**
Regelmäßig, gründlich (mind. 20-40 Sek.) und mit Seife.
- **Möglichst nicht das Gesicht berühren**
Vermeiden Sie es möglichst sich ins Gesicht zu fassen, in den Augen zu reiben etc.
- **Husten- und Niesetikette einhalten**
Wie bei der Grippe und anderen akuten Atemwegsinfektionen sind die wichtigsten Maßnahmen, um sich vor Infektionen zu schützen, regelmäßiges Händewaschen, richtiges Husten und Niesen (Husten-Etikette einhalten)

- **Soziale Kontakte auf ein absolutes Minimum reduzieren (s. auch oben)**
Am besten vermeiden Sie, wo möglich, soziale Kontakte. Damit tragen Sie wesentlich dazu bei, die Anzahl der Infektionen möglichst gering zu halten. Daher wurden vorsorglich auch alle Schulen, Kitas und weitere staatliche Einrichtungen geschlossen. Für Altenheime und Krankenhäuser gibt das Sozialministerium die Empfehlung, auf Besuche möglichst zu verzichten.
- **Oma und Opa sind gerade schlechte Babysitter**
Auch wenn Kitas schließen: Oma und Opa sind als Babysitter jetzt eigentlich tabu. Denn auch Kinder können sich ebenso häufig mit dem Virus infizieren, wenngleich (zum Glück) meist weniger Symptome zeigen. Sie sind aber ebenso Überträger des Virus.
- **Rücksicht nehmen und Solidarität zeigen**
Achten Sie auf ihre Gesundheit, um zu vermeiden, andere anzustecken. Schauen Sie in Ihrer Umgebung, ob/wo man ggf. Menschen helfen kann, die zur Risiko-Zielgruppe (ältere oder vorerkrankte Menschen) gehören (z.B. Einkaufen gehen, Telefon-Kontakt halten etc.).
- Es geht darum, möglichst die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen - damit das Gesundheitssystem nicht so schnell an seine Grenzen kommt. **Der Schutz für besonders gefährdete Risiko-Gruppen, d.h. ältere Menschen und chronisch Vorerkrankte, sollte nun oberste Priorität haben.**