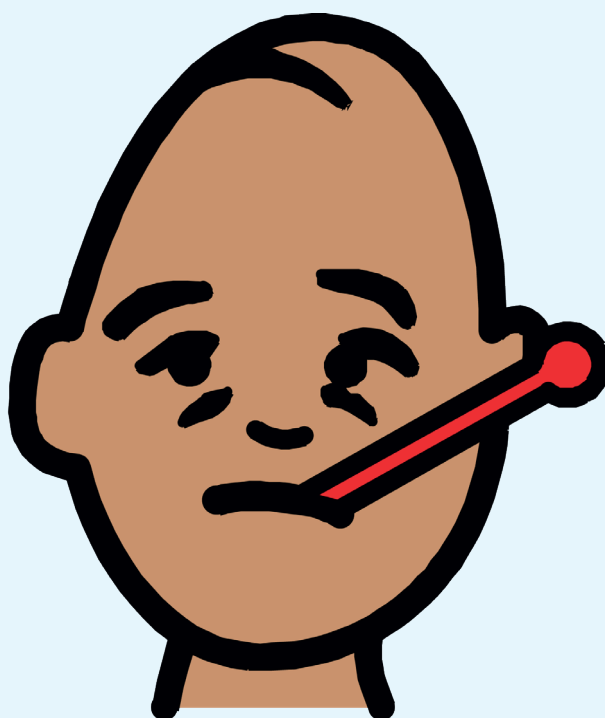




Corona

18 november 2020



Corona-virus

Sommige mensen in Nederland hebben het corona-virus.

Je kunt ziek worden van een virus.

Het corona-virus wordt in de rest van de tekst corona genoemd.

Corona is een soort griep.

De meeste mensen met corona worden weer beter.

Maar het is goed om voorzichtig te zijn.

Wat je merkt als je corona hebt

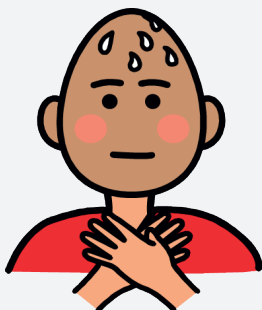
Je voelt je verkouden.

Of je voelt je ziek.



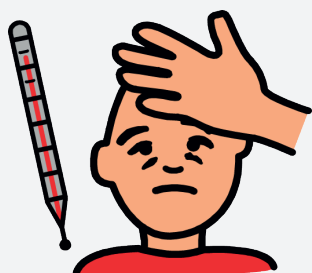
Je moet hoesten.

Je moet niezen.



Je bent kort-ademig.

Kort-ademig betekent dat je moeite hebt met adem halen.



Je hebt koorts.

De koorts is hoger dan 38 graden.

Meer informatie

Corona-virus

China

Corona begon in december 2019 in China.

De eerste besmettingen gebeurden op de dierenmarkt.

Artsen denken dat sommige dieren op de markt besmet waren.

Mensen hebben dan corona gekregen van de dieren.

Deze mensen hebben daarna andere mensen besmet.

Steeds meer mensen in China werden besmet met corona.

Daarom maakte China speciale regels.

Zo konden geen andere mensen besmet worden.

Nederland

China was te laat met de speciale regels.

Mensen in andere landen raakten ook besmet.

Op 27 februari 2020 had de eerste Nederlander corona.

Regels in Nederland

In Nederland zijn nu speciale regels.

Sommige regels gelden voor alle mensen.

Andere regels gelden alleen voor mensen met corona.

Regels over corona

Steeds meer mensen krijgen corona.
Daarom heeft de regering nieuwe regels.

Je leest in dit boekje over de regels die voor alle mensen gelden in Nederland. En over de regels van Koraal.
Je leest over de nieuwe regels en over de regels die niet veranderd zijn.

Als het nodig is, mag een regio de regels aanpassen.
Een regio is een gebied in Nederland. Bijvoorbeeld Brabant-Zuidoost.
Kijk of er in de regio waarin je woont andere regels zijn.
Kijk op de website:
www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/veiligheidsregios-en-crisisbeheersing/veiligheidsregios.
Klik op jouw regio.

De regels voor alle mensen in Nederland

Thuis blijven

- Mensen moeten **zeker thuis blijven** bij:
 - hoesten, niezen en keelpijn
 - koorts
 - kortademigheid
- Als een persoon koorts heeft of benauwd is, moet iedereen die met die persoon samen woont thuis blijven.
- Als een persoon corona heeft, dan moet hij **10 dagen** thuis blijven.

Afstand houden

- Mensen moeten overal **anderhalve meter** afstand van elkaar houden. Binnen en buiten.
Anderhalve meter is 2 grote stappen.
- Blijf weg van drukke plekken als je geen anderhalve meter afstand kunt houden.

Lees verder op de volgende bladzijde.

- Anderhalve meter afstand hoeft niet voor:
 - Kinderen tot 13 jaar.
 - Jongeren tussen 13 en 18 jaar hoeven onderling **geen** afstand te houden, maar wel van volwassenen.
 - Mensen die met elkaar samen wonen.
 - Mensen die voor hun werk dicht bij andere mensen moeten komen.
 - Mensen met een beperking en hun helpers.

Bezoek

- Iedereen mag bezoek krijgen en op bezoek gaan.
- Iedereen moet anderhalve meter afstand houden.
- Er mogen thuis of in de tuin niet meer dan 3 mensen van 13 jaar en ouder per dag op bezoek komen.
Er mogen zoveel kinderen van 12 jaar of jonger komen als je wilt.
- Mensen in een verpleeghuis mogen bezoek krijgen.
Bezoekers moeten de regels volgen van het verpleeghuis.

Koraal

Koraal heeft andere regels over bezoek.

Er zijn bezoekregels voor gehandicaptenzorg en voor jeugdzorg.

Vraag je begeleider om de regels die voor jou gelden.

Of kijk op: www.koraal.nl en klik op: versoepeling van de bezoekregeling.

Koraal kan besluiten om de regels over bezoek strenger te maken.

Koraal maakt de regels bijvoorbeeld strenger in deze situaties:

1. Meer bewoners hebben corona gekregen.
2. De regering maakt de regels strenger.
3. Een bezoeker of bewoner houdt zich niet aan de regels.

Koraal maakt de regels dan alleen strenger voor de bezoeker of bewoner die zich niet aan de regels houdt.

Lees verder op de volgende bladzijde.

Werken

- Mensen die thuis kunnen werken, moeten thuis werken.
- Bedrijven waar veel besmettingen zijn, mogen 14 dagen worden gesloten.

Open

- Mensen mogen naar de kapper, de fysiotherapeut en andere mensen die een behandeling of advies geven.
De kapper of fysiotherapeut vraagt jou om je gegevens door te geven. Bijvoorbeeld je naam en telefoonnummer.
De GGD belt je als een andere klant corona heeft en als die klant er op dezelfde dag was als jij. Want jij kunt dan ook ziek worden.
- Mensen mogen dit alleen als ze **geen** corona klachten hebben.

Koraal

Je kunt naar de kapper, de fysiotherapeut en andere mensen die een behandeling of advies geven.

Deze mensen kunnen ook naar Koraal komen.

Je maakt dan van tevoren een afspraak over de tijd en de plaats.

Winkels en supermarkten

- Mensen moeten zoveel mogelijk in hun eentje boodschappen doen.
- Winkels zorgen ervoor dat het in de winkel niet te druk wordt.
- Mensen dragen binnen een mondkapje.
- Winkels zijn niet open na 8 uur in de avond.
Supermarkten en winkels voor eten en drinken mogen wel open zijn na 8 uur in de avond.
Ze mogen geen alcohol verkopen na 8 uur in de avond.
- Op sommige momenten mag niet iedereen boodschappen doen.
Alleen mensen die sneller ziek worden mogen dan boodschappen doen. Iedere supermarkt beslist zelf wanneer deze momenten zijn.

Lees verder op de volgende bladzijde.

Restaurant, café en terras

- Alle restaurants, café's en terrassen zijn dicht.
- Hotels zijn wel open.
- Mensen mogen wel eten en drinken afhalen bij restaurants en café's. Ze mogen dan ook alcohol kopen. Dat mag tot 8 uur in de avond.

Alcohol

- Mensen mogen geen alcohol drinken na 8 uur in de avond in openbare ruimtes.
Een openbare ruimte is buiten op straat of een ruimte die binnen is en waar iedereen mag komen.

Feesten en bijeenkomsten

- Er zijn geen feesten en bijeenkomsten.
- Er mogen niet meer dan 30 mensen naar een bruiloft komen.
- Er mogen niet meer dan 100 mensen naar een begrafenis komen.
- Gasten moeten een **vaste zitplaats** hebben.
- Mensen van 13 jaar en ouder dragen binnen een mondkapje als ze lopen. Mensen hoeven geen mondkapje te dragen als ze zitten.
- Er mogen wel meer dan 30 mensen komen in kerken en op markten.

Buiten afspreken

- Mensen mogen buiten samen komen in groepen van 4 personen of minder.
Ze moeten dan anderhalve meter afstand houden van elkaar.
Mensen mogen met meer dan 4 personen samen komen als ze samen in 1 huis wonen.

Lees verder op de volgende bladzijde.

Open

- Mensen mogen naar winkels en supermarkten.
- Mensen mogen naar bibliotheken, bioscopen, theaters en musea.
- Mensen mogen naar pretparken, dierentuinen en andere dagjes uit.
- Mensen mogen naar de kapper, de fysiotherapeut en andere mensen die een behandeling of advies geven.

De kapper of fysiotherapeut vraagt jou om je gegevens door te geven. Bijvoorbeeld je naam en telefoonnummer.

De GGD belt je als een andere klant corona heeft en als die klant er op dezelfde dag was als jij. Want jij kunt dan ook ziek worden.

- Mensen mogen dit alleen als ze **geen** corona klachten hebben.

Koraal

Je kunt naar de kapper, de fysiotherapeut en andere mensen die een behandeling of advies geven.

Deze mensen kunnen ook naar Koraal komen.

Je maakt dan van tevoren een afspraak over de tijd en de plaats.

Kaartje kopen

- Mensen kopen van tevoren een kaartje als ze naar een museum, bioscoop of theater willen.

Dat moet ook voor een dierentuin of pretpark.

Bel of stuur een e-mail naar het museum, de bioscoop of het theater.

Voor de dierentuin, kermissen en een pretpark reserveer je een bepaalde tijd dat je kunt komen.

Scholen

- Alle scholen zijn open.
- Leerlingen en leraren komen alleen naar school als ze **geen** coronaklachten hebben.

Leerlingen komen niet naar school als ze samen wonen met iemand die corona heeft.

Leerlingen mogen wel komen als ze alleen maar verkouden zijn.

Lees verder op de volgende bladzijde.

- Leerlingen tot 12 jaar hoeven geen anderhalve meter afstand te houden.
- Leerlingen tussen de 13 en 18 jaar moeten anderhalve meter afstand houden van de leraar.
- Leerlingen van 18 jaar en ouder moeten anderhalve meter afstand houden van de leraar en van elkaar.
- Leerlingen binnen het speciaal onderwijs hoeven geen anderhalve meter afstand te houden.
- Leraren dragen een mondkapje in de school.
Ze dragen geen mondkapje tijdens de les.
- Leerlingen van 13 jaar en ouder dragen een mondkapje buiten de les.
Ze hoeven geen mondkapje te dragen als ze in een klas zitten.

Opvang

- Alle kinderopvang is open.
- Kinderen en medewerkers komen alleen naar de opvang als ze **geen** coronaklachten hebben.
Kinderen mogen wel komen als ze alleen maar verkouden zijn.

Jeugdclubs

- Alle jeugdclubs zijn open.
Bijvoorbeeld scouting, danslessen, muzieklessen en schilderlessen.
- Kinderen en medewerkers komen alleen als ze **geen** coronaklachten hebben.

Sporten

- Sportscholen en zwembaden zijn open.
- Mensen van 17 jaar en jonger mogen sporten in teams.
- Mensen van 17 jaar en jonger mogen alleen wedstrijden spelen met teams van de eigen club.

Lees verder op de volgende bladzijde.

- Mensen van 18 jaar en ouder mogen sporten in teams van niet meer dan 4 personen.
Ze moeten anderhalve meter afstand houden.
- Wedstrijden voor amateurs gaan niet door.
- Wedstrijden van professionele sporters gaan wel door.
- Mensen mogen niet komen kijken. Ook niet bij een training.
- Sportkantines, kleedkamers, wc's en douches zijn dicht.

Auto en taxi

- Mensen mogen bij elkaar in de auto en taxi.
- Mensen van 13 jaar en ouder dragen een mondkapje in de taxi.

Bus, trein, metro en tram

- Gebruik de bus, trein, metro of tram het liefst als het echt niet anders kan.
- Alle zitplaatsen in de bus, trein, metro en tram mogen gebruikt worden.
- Mensen houden anderhalve meter afstand bij een halte of op een perron.
- Mensen van 13 jaar en ouder dragen een mondkapje in de bus, trein, metro en tram.
Ze dragen ook een mondkapje op het station en perron.

Mondkapjes

- Mensen van 13 jaar en ouder dragen mondkapjes in openbare binnenruimtes.
- Mensen dragen een mondkapje op de volgende plekken:
 - In winkels en supermarkten.
 - In de bus, trein, metro en tram. En op stations en perrons.
 - Op vliegvelden.
 - In museums, theaters en concertzalen als ze lopen.
Mensen hoeven geen mondkapje te dragen als ze zitten.
 - Bij de kapper en de fysiotherapeut.
En bij andere mensen die een behandeling of advies geven.

Lees verder op de volgende bladzijde.

Dit zijn ruimtes die binnen zijn en waar iedereen mag komen.

Mensen hoeven buiten geen mondkapje te dragen.

- Mensen moeten zelf zorgen voor een mondkapje.

Ze mogen het zelf maken of kopen.

Het is **verboden** om een mondkapje van het ziekenhuis te dragen.

Die zijn bedoeld voor de medewerkers van het ziekenhuis.

Koraal

Koraal heeft ook regels over mondkapjes dragen.

Vraag je begeleider of leraar om de regels die voor jou gelden.

Reizen in Nederland

- Blijf zoveel mogelijk thuis.
- Reis alleen als het **echt** moet.
- Als je toch op vakantie gaat, blijf dan zoveel mogelijk op je vakantieplek.

Reizen naar buitenland

- Reis niet naar het buitenland tot 15 januari.
- Reis alleen naar het buitenland als het **echt** moet.

Naar sommige landen mogen mensen niet reizen.

Daar zijn te veel besmettingen.

Op deze site lees je naar welke landen mensen mogen reizen:

www.nederlandwereldwijd.nl/documenten/vragen-en-antwoorden/coronavirus-veelgestelde-vragen-reizen-naar-het-buitenland.

Voor reizigers met het vliegtuig via Schiphol gelden de volgende regels:

- Reizigers uit landen met veel besmettingen kunnen een test doen.
Dit kan bij aankomst op Schiphol.
- Reizigers uit landen met veel besmettingen krijgen het advies om na aankomst 10 dagen thuis te blijven.
Ook als de test zegt dat ze niet besmet zijn of als ze geen test doen.

Lees verder op de volgende bladzijde.

Boete

Mensen kunnen een geldboete krijgen als ze de regels niet volgen.

CoronaMelder app

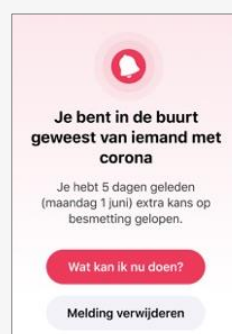
Je kunt de CoronaMelder app op je telefoon zetten.

Je vindt de app in de Apple App Store of in de Google Play Store.



De CoronaMelder app stuurt je een bericht als je bij iemand met corona in de buurt bent geweest.

Meer uitleg over de CoronaMelder app vind je op corona.steffie.nl. Klik op de knop: De CoronaMelder-app.



Testen

- Iedereen kan een test doen om te kijken of je corona hebt.
- Mensen mogen alleen een test doen als ze coronaklachten hebben. Of als ze met het vliegtuig uit een land komen met veel besmettingen.
- Mensen hoeven niet naar de huisarts. De GGD in de buurt doet de test.
- Mensen vragen een test aan door te bellen naar: 0800-1202.
- Je kunt iedere dag bellen tussen 8 uur in de ochtend en 8 uur in de avond. Ook in het weekend.
- Je moet je BSN-nummer doorgeven. BSN betekent Burger Service Nummer. Je BSN-nummer staat in je paspoort of op je ID-kaart. Je BSN-nummer heet daar je persoonsnummer.
- Je moet thuis blijven totdat je de uitslag van de test hebt.
- Als je corona hebt, moet je **10 dagen** thuis blijven.

Lees verder op de volgende bladzijde.

- Vanaf 1 december mag je ook een test doen als je een bericht krijgt van de CoronaMelder app.
Of als je in nauw contact geweest bent met iemand met corona.
Op dag 5 na het contact kun je je laten testen.
Als de test negatief is heb je **geen** corona.
Je hoeft dan niet meer thuis te blijven.

Als meer mensen ziek worden van corona kunnen de regels weer strenger worden.

Meer informatie over de regels van de regering

Er wordt veel gezegd en geschreven over corona.
Ook veel onzin en nepnieuws.

Wil je meer weten? Deze sites zijn betrouwbaar:

- <https://www.rivm.nl/>
- <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/vragen-en-antwoorden/coronavirus/persconferentie-coronavirus-6-augustus-in-eenvoudige-taal>
- <https://www.pharos.nl/coronavirus/>
- <https://www.pharos.nl/coronavirus/corona-woordenlijst/>

Of bel met vragen over corona naar 0800 – 1351.

Als je in het buitenland bent bel je naar 0031 – 20 205 1351.

Je kunt iedere dag bellen tussen 8 uur in de ochtend en 8 uur in de avond.
Ook in het weekend.

Hoe je corona krijgt

Je kunt alleen corona krijgen van iemand met corona.

Of je raakt spullen aan waar corona op zit.



Iemand met corona

Je kunt corona krijgen als:

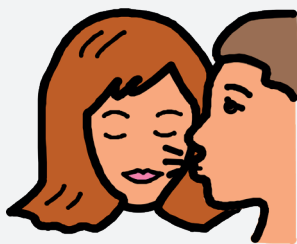
- Iemand met corona **HOEST** vlakbij je gezicht.
- Iemand met corona **HOEST** vlakbij je handen.



- Iemand met corona **NIEST** vlakbij je gezicht.
- Iemand met corona **NIEST** vlakbij je handen.



- Je geeft iemand met corona een hand.



- Je zoent iemand met corona



Spullen met corona

Mensen raken spullen aan.

Ook mensen met corona.

Bijvoorbeeld een klink van een deur.

Of een knop van de lift.

Je raakt spullen met corona aan.

Je zit met je handen aan je gezicht.

Je kunt dan corona krijgen.



Geen corona

Je krijgt **geen** corona van iemand die alleen verkouden is.

Meer informatie

Hoe je corona krijgt

Corona is besmettelijk.

Dat betekent dat mensen met corona andere mensen ziek kunnen maken.

De meeste mensen met corona maken 2 of 3 andere mensen ziek.

Je kunt alleen corona krijgen van iemand anders met corona.

Je kunt het ook krijgen van spullen aanraken waar corona op zit.

Waarschijnlijk kun je het niet krijgen van dieren.

Zo kun je corona krijgen:

- Iemand met corona **HOEST** of **NIEST** vlakbij je gezicht.
- Iemand met corona **NIEST** of **HOEST** vlakbij je handen.
- Je geeft iemand met corona een hand.
- Je raakt spullen aan waar corona op zit.
- Je zoent iemand met corona.

Corona op je handen

Iedereen raakt spullen aan. Ook mensen met corona.

Bijvoorbeeld een klink van een deur of een knop van de lift.

Als je deze spullen aanraakt, kan corona op je handen komen.

Corona komt ook op je handen als je iemand met corona een hand geeft.

Als je met corona op je handen aan je gezicht komt, kun je corona krijgen.

Corona zit in speeksel en snot

Bij mensen met corona zit corona in hun speeksel en snot.

Als mensen met corona hoesten of niezen, komen speeksel en snot uit hun mond en neus.

Geen corona

Je krijgt geen corona van iemand die alleen verkouden is.

Het is moeilijk om zeker te weten of iemand corona heeft.

Blijf zeker 2 meter van mensen vandaan als ze verkouden zijn.

Je krijgt geen corona van de lucht uit een airco.

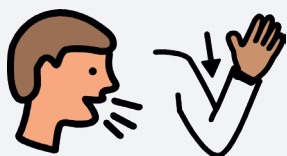
Een airco blaast lucht in een kamer of een auto.

Wat je kunt doen om geen corona te krijgen

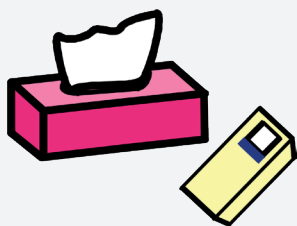
Koraal heeft regels voor corona:



Je wast je handen vaak.



Je hoest en niest in de binnenkant van je elleboog.



Je gebruikt zakdoeken van papier.
Je gooit zakdoeken meteen weg na gebruik.



Je ontmoet zo weinig mogelijk mensen.

Tips

Wanneer je handen moet wassen:



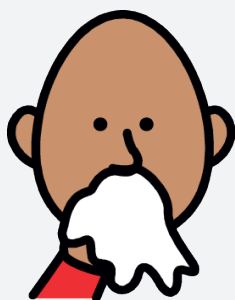
Je wast je handen als je naar de wc bent geweest.



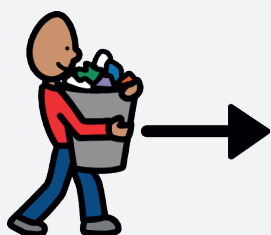
Je wast je handen voor het eten.
En na het eten.



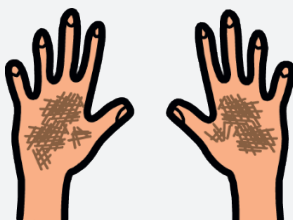
Je wast je handen na het niezen.
En na het hoesten.



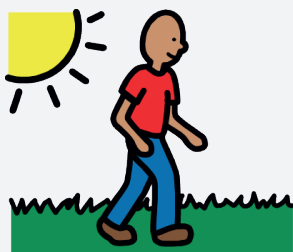
Je wast je handen na het snuiten van je neus.



Je wast je handen na het weggooien van afval.



Je wast je handen als ze vies zijn.



Je wast je handen als je buiten bent geweest.

Tips

Hoe je je handen moet wassen:



Je maakt je handen nat met water.



Je doet zeep op je handen.

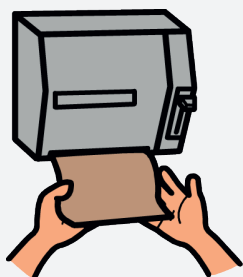


Je wast je handen met zeep.
Je wast 30 tellen.



Je spoelt je handen af met water.

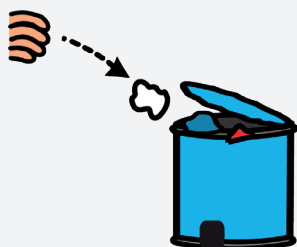
Hoe je je handen moet wassen:



Je droogt je handen met een handdoek van papier.



Je draait de kraan dicht met een handdoek van papier.
Je raakt de kraan niet aan met je handen.



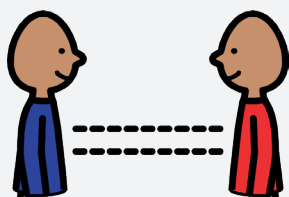
Je gooit het papier weg.
In een prullenbak met een deksel.

Tips

Contact met andere mensen



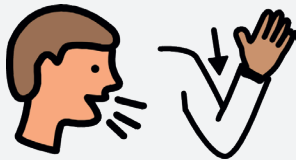
Je geeft andere mensen geen hand.
Je raakt andere mensen niet aan.



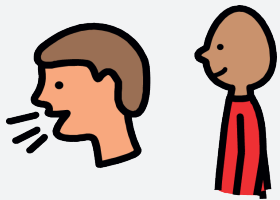
Je komt niet dichtbij andere mensen.
Je neemt 2 stappen afstand.

Tips

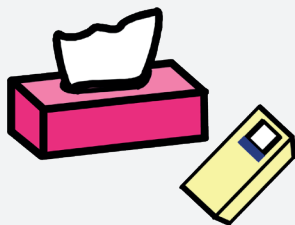
Hoesten en niezen



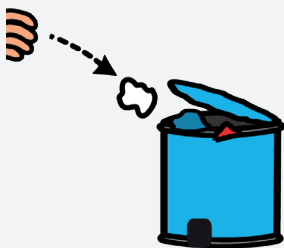
Je hoest en niest in de binnenkant van je elleboog.
Niet in je hand.



Je draait je hoofd de andere kant op als je hoest of niest.
Je hoest en niest niet richting andere mensen.



Je gebruikt zakdoeken van papier.
Niet van stof.



Je gooit zakdoeken meteen weg na gebruik.
In een prullenbak met een deksel.

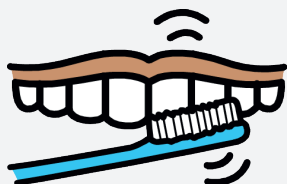
Andere tips



Je raakt je gezicht zo weinig mogelijk aan.



Je doucht regelmatig.



Je poetst je tanden in de ochtend.
En in de avond.



Je draagt regelmatig schone kleren.

Andere tips

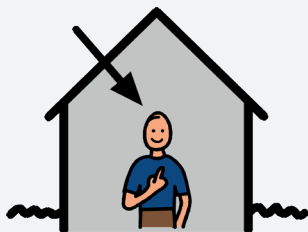


Je houdt woning schoon.
En je werkplek.

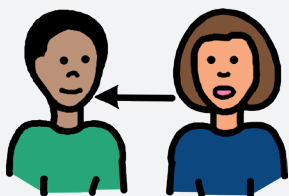


Je gebruikt je eigen spullen.
Bijvoorbeeld je eigen
tandpasta.

Je voelt je ziek



Je blijft thuis.



Je vertelt het aan je ouder of begeleider.



Je ouder of begeleider belt de huisarts als dat nodig is.

Vragen

Praat met iemand over corona.

Bijvoorbeeld je ouder, begeleider of leraar.

Of ga naar de website: www.rijksoverheid.nl/onderwerpen.

Klik op: **Coronavirus COVID-19**.

Koraal

Valkstraat 14
6135 GC Sittard
Postbus 5109
6130 PC Sittard
info@koraal.nl
koraal.nl

Deze brochure is samengesteld in samenwerking met Taal voor allemaal ©

