

# Wenn du Angst fühlst, dann...



© Menzel / Blödorn

Informiere dich auch immer, was gerade erlaubt ist, und was nicht, z.B. wohin ihr rausgehen dürft!

Bitte Leute außerhalb deiner engen Familie nur per Telefon um Hilfe! (Hr. Blödorn: 01523 4787933 / Fr. Königsmann: 01523 4788356; Nummer gegen Kummer (Kinder: 116 111 / Eltern: 0800 111 0 550); s. auch: [www.aes-rs.de](http://www.aes-rs.de))

Halte immer (!) 2 Meter (2 sehr große Schritte) Abstand (außer zuhause)!

Glaube vor allem nicht alles, was auf Facebook, Insta, WhatsApp, TikTok, YouTube erzählt wird! Überprüfe das mit Internetadressen von richtigen Expert:innen! Z.B. [www.rki.de](http://www.rki.de), [www.remscheid.de](http://www.remscheid.de), mehr auch unter: [www.aes-rs.de](http://www.aes-rs.de)