



**Offene
Behinderten
Arbeit**

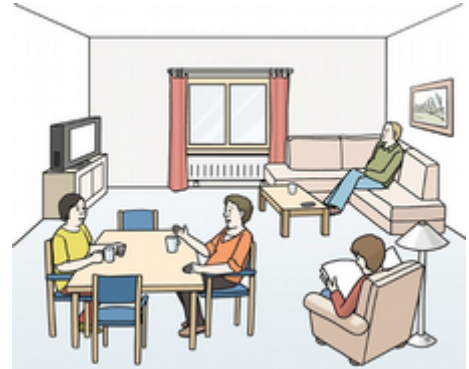
Zeit Zuhause

Dieses Heft soll allen helfen.

Zuhause zu bleiben und
gesund zu bleiben.

Deswegen gibt es von uns:

- Information über das Gesund bleiben
- Ideen zum Fit bleiben
- Ideen zum Spielen und Malen
- Tipps zu Bücher/Filme in Leichter und einfacher Sprache



Jede Woche gibt es eine neue Seite

- Im Internet
- Mit der Post
- Oder einfach anrufen > 08121 9334 41



Für die Landkreise Ebersberg und Erding



Inklusion verbindet  Kreisverband
Ebersberg e.V.

Gesund bleiben:

In diesem Heft ist ein Info-Blatt über das Corona-Virus

Das wird so aus-gesprochen: Ko ro na wi rus.

Bitte zuerst dieses Info-Blatt über das Corona-Virus lesen.

Damit alle gesund bleiben.

Gibt es Regeln:



Was dürfen wir tun?

Wir dürfen mit den Menschen Kontakt haben.

Die mit uns zusammen wohnen.

Wir dürfen mit diesen Menschen spazieren-gehen.



Wir dürfen Lebensmittel einkaufen.

Wir dürfen zur Apotheke gehen.

Wir dürfen zum Arzt gehen.



Welche Regeln sollen wir beachten?

Einige Wochen möglichst wenig Menschen treffen.

Wenn es geht zuhause bleiben.



Wenn wir anderen Menschen begegnen Abstand halten.

zum Beispiel beim Einkaufen

oder beim Spazieren-gehen



Wenn wir nach Hause kommen.

Immer und sehr gut die Hände waschen.

Vor dem Essen.

Nach dem Einkaufen.



Wenn wir diese Regeln beachten.

Dann können wir gesund bleiben.



Ideen

Gruppenangebote aus dem Freizeit Programm von März bis Juni 2020

Fallen aus bis zum 19. April
wegen des Corona-Virus.

Finden nach dem 19. April statt
wenn es ohne Gefahr für Alle möglich ist.

Wir schreiben einen Brief.

Wenn wir wissen wie es weitergeht.



Fit bleiben

Habt Ihr eine Treppe im Haus.

Dann geht 5 mal die Treppe rauf und runter.

Passt auf, dass Ihr nicht stürzt.

Wie schnell schafft Ihr das.

Das könnt Ihr öfters machen.



Gemeinsam spielen

Wir schicken euch viele Ideen
zum Malen und Basteln
in den nächsten Heften.



Für andere Menschen ein Bild malen

Viele alte Menschen wohnen in einem Altenheim.

Dort werden sie gepflegt.

Wegen des Corona-Virus dürfen Sie keinen Besuch haben.

Die alten Menschen sind einsam.

Im Heft ist ein Mal-Papier.

Malt ein Frühlingsbild für die alten Menschen.

Schreibt einen Ostergruß darauf.

Schreibt Euren Namen auf das Bild.

Schickt uns das Bild mit der Post.

Wir geben es an die Menschen im Altenheim weiter.



Was kannst Du sonst noch machen:

Zuhause helfen.

Gemeinsam geht Hausarbeit leichter.

Sprich mit Deiner Familie was Du machen kannst

Mache einen Plan.

wann kannst du mit helfen.



Weitere Ideen

Wer einen Computer mit Internet hat

Kann im Internet

auf der Seite der AWO Kreisverband Ebersberg

weitere Ideen finden:

www.awo-kv-ebe.de



Wie geht es Dir?

Bist Du und deine Familie gesund?

Was machst Du zuhause?

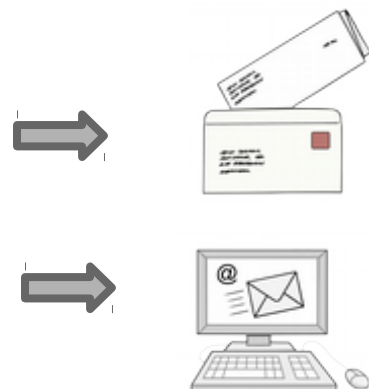
Ist Dir langweilig?

Was wünschst Du Dir von uns?

Schreib uns:

Mit der Post: (Hier steht unsere Adresse.)

AWO Kreisverband Ebersberg e.V Offene Behindertenarbeit Herzog-Ludwig-Straße 20 85570 Markt Schwaben



Oder als E-Mail:

an die E-Mail-Adresse: oba@awo-kv-ebe.de

Geprüft von: Jasmin Demler

Alle Bilder von: Lebenshilfe für Menschen mit geistiger

Behinderung Bremen e.V., Illustrator: Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

logo Leichte Sprache: inclusion europe