

Allgemeine Informationen zum Schutz Ihrer Gesundheit

Unser oberstes Ziel ist es die Ausbreitung des Coronavirus zu verlangsamen. Wenn sich das Virus weiter ungehindert ausbreitet, erkranken in kurzer Zeit so viele Menschen, dass die Krankenhäuser überfüllt werden und die medizinische Versorgung zusammenbrechen kann. Durch Anpassung Ihres Verhaltens – möglichst viel zu Hause bleiben, Fachleute sprechen auch von "**sozialer Distanzierung**" – können Sie dazu beitragen, dass sich das Virus langsamer verbreitet.

Trotzdem ist es wichtig, dass wir denen helfen, die Hilfe benötigen!

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung in der Versorgung älterer, hochbetagter, chronisch kranker, alleinstehender und hilfsbedürftiger Mitmenschen mit Lebensmitteln und Dingen des täglichen Bedarfs. Auch Gassi gehen mit dem Hund oder telefonischer Austausch sind in der aktuellen Situation eine wichtige Unterstützung für Ihre Mitmenschen.

Achten Sie dabei aber auf Ihre eigene Gesundheit und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen, indem Sie ...

- nur unterstützen, wenn Sie **vollkommen gesund** sind. Sollten Sie bei sich selbst Symptome feststellen, beenden Sie bitte sofort Ihr Engagement.
- ausreichend **Abstand halten** – empfohlen werden 1-2 Meter. Vermeiden Sie also auch Berührungen (z. B. Händeschütteln oder Umarmungen), wenn Sie andere Menschen begrüßen oder verabschieden. Ihr Gegenüber freut sich über Ihr schönstes Lächeln!
- regelmäßig und ausreichend lange (**mindestens 20 Sekunden**) Ihre Hände mit Wasser und Seife waschen – insbesondere nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten und nachdem Sie unterwegs waren und die Wohnung wieder betreten.
- in die Armbeuge oder in ein Taschentuch niesen – und es anschließend in einen Mülleimer mit Deckel entsorgen.
- Hände vom Gesicht fernhalten – vermeiden Sie es, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.
- den Einkauf **telefonisch** besprechen und diesen vor die **Haus-/Wohnungstüre** Ihres Mitmenschen stellen. Denkbar ist auch die Vereinbarung eines Passworts, das an der Tür zum gegenseitigen Erkennen dienen kann. Betreten Sie die Wohnung nicht und verzichten Sie auf Kontakt im Rahmen einer Geldübergabe – Sie können sich die Einkaufskosten beispielsweise überweisen lassen oder die Übergabe auf einen späteren Zeitpunkt verschieben.
- bei der Übernahme eines Spaziergangs mit dem Hund alle Details **telefonisch** besprechen und zur Übernahme die Wohnung des/der Hundehalter/in **nicht betreten**. Verzichten Sie auf direkten Körperkontakt.
- positiv bleiben und Solidarität zeigen – auch ein **Telefongespräch** kann hier große Unterstützung leisten!