

Herzlichen Dank, dass Sie in dieser Krisensituation einen Beitrag zum Schutz der älteren/schwachen Bevölkerung leisten.

Damit Sie die Personen, denen Sie helfen wollen, nicht gefährden, müssen Sie sich unbedingt an die folgenden Anweisungen halten:

Eigenschutz geht immer vor. Nehmen Sie nur teil, wenn Sie sich gesundheitlich hierfür bereit fühlen. Sprechen Sie sich genau mit den Hilfesuchenden ab. Je weniger direkten Kontakt Sie zum aktuellen Zeitpunkt miteinander haben, desto mehr Schutz kann gewährleistet werden.

Versuchen Sie sich selbst nicht zu infizieren, indem Sie sich an die Hinweise des Bundesamts für Gesundheit halten. Da Sie sich in der Öffentlichkeit bewegen, ist es jedoch **wahrscheinlich, dass Sie sich früher oder später mit dem Virus infizieren werden**. Dadurch stellen Sie selbst eine erhebliche Gefahr für von Ihnen unterstützte Personen dar.

Vermeiden Sie deshalb wann immer möglich **jeglichen direkten Kontakt mit der unterstützten Person** und nutzen Sie zur Kommunikation stattdessen das **Telefon**. Stimmen Sie genaue Uhrzeiten zur Übergabe des Geldes oder der Lebensmittel ab. Eine kurze Nachricht oder Anruf vor Ankunft am Zielort ist sinnvoll. Je genauer Sie im Vorfeld miteinander gesprochen haben, desto weniger kann schief gehen. Dies betrifft u.a. auch den Einkaufszettel und mögliche Präferenzen was Märkte oder Marken betrifft.

Falls Sie den direkten Kontakt nicht vermeiden können, halten Sie Ihre **Distanz** zur Person so gross wie möglich (Minimum zwei Meter) und den Kontakt so kurz wie möglich.

Falls Sie die vorgegebene Distanz zur Person nicht einhalten können, decken Sie Ihren Mund mit einer OP-Maske oder einem Stofftuch ab. So verhindern Sie, dass beim Sprechen, Husten oder Niesen Tröpfchen im Gesicht der gefährdeten Person landen und sie infizieren.

Betrachten Sie alle Oberflächen öffentlicher Innenbereiche (öffentlicher Verkehr, Geschäfte, etc.) als **kontaminiert**. Entsprechend befindet sich das Virus potenziell überall: auf Ihren Händen, Aussenkleidern, Ihrer Einkaufstasche sowie den gekauften Produkten. Das Virus kann auf Oberflächen mehrere Tage überleben.

Falls Sie den Kontakt mit der unterstützten Person nicht vermeiden können, **waschen Sie** davor deshalb **unbedingt Ihre Hände** und legen Sie Aussenkleider beiseite.

Weisen Sie die unterstützte Person unbedingt an, die Einkaufstasche wegzuworfen und ihre Hände sowie alle gekauften Produkte oder andere Gegenstände, die Sie ihr übergeben, mit Seife gut zu reinigen bzw. zu desinfizieren.

Zahlungsverkehr

Hier sind Alternativen zum Bargeld gefragt. Erstens, weil aus hygienischen Gründen besser auf Bargeld verzichtet wird. Zweitens, weil das Bargeld mit der Zeit ausgehen wird.

- Beste Lösung: Bargeldtransfer via Handy, beispielsweise mit **Twint**

Viele Betroffene haben jedoch kein Handy, geschweige denn Twint.

Deswegen braucht es weitere Varianten:

- Zweitbeste Lösung: Einzahlung per Kontoüberweisung von Zuhause aus (**E-Banking**)
- Eine **Geschenkkarte** von Coop / Migros / Denner kaufen und die Lebensmittel für die betagte Person mit dieser Karte besorgen. So kann ein runder Betrag überwiesen werden, bei Bedarf auch wiederholt, und wenn alles vorbei ist, kann die Karte mit dem Restguthaben an die betagte Person übergeben werden.
- **Einzahlungsschein** mit eigenen Angaben abgeben und auf Einzahlung nach Ende der Gefährdung zählen
 - Zusatztipp: Machen Sie nach dem Einkaufen ein **Foto des Kassenzettels** als Erinnerungstütze, und legen Sie den Kassenzettel gemeinsam mit einem Einzahlungsschein in die Einkaufstasche

Falls die Betroffenen trotzdem mit Bargeld bezahlen müssen, bespricht man auch hier vorgängig das Vorgehen.

- Am besten legt die betroffene Person eine Einkaufsliste mit genügend Bargeld in die Einkaufstasche. Nach dem Einkauf lässt die helfende Person den Kassenbeleg mit dem erhaltenen Retourgeld in der Einkaufstasche zurück.
 - Zusatztipp: Bei den meisten Banken kann **Bargeld** (gegen eine gewisse Gebühr) **bestellt** werden. Am besten fragen Sie direkt bei Ihrer Bank nach.

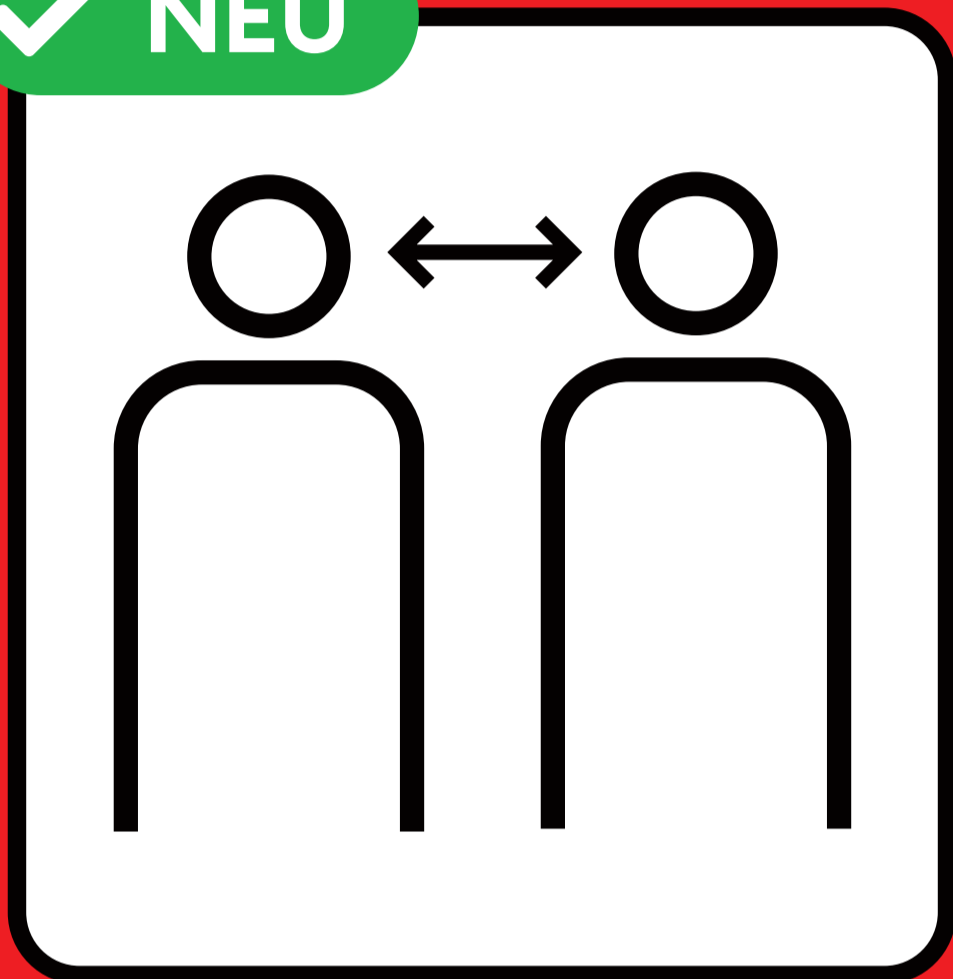
Weiteres

Es ist sicherlich sinnvoll, gleich einen Wocheneinkauf zu tätigen. Je kürzer der Kontakt, je grösser die Distanz, desto sicherer die gefährdeten Personen (und desto weniger mühsame Bezahlvorgänge fallen an!)

SO SCHÜTZEN WIR UNS.



✓ NEU



Abstand halten.

Zum Beispiel:

- Ältere Menschen durch genügend Abstand schützen.
- Beim Anstehen Abstand halten.
- Bei Sitzungen Abstand halten.

WEITERHIN WICHTIG:



Gründlich
Hände waschen.



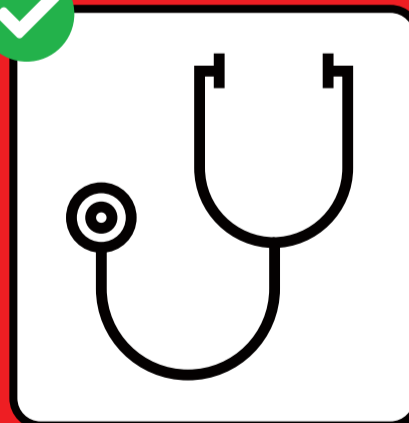
Hände schütteln
vermeiden.



In Taschentuch oder
Armbeuge husten und
niesen.



Bei Fieber und Husten
zu Hause bleiben.



Nur nach telefonischer Anmeldung
in Arztpraxis oder Notfallstation.

www.bag-coronavirus.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP

Erlinet.ch
Freiwilligenkoordination in Erlenbach