



**Ennepe-Ruhr-Kreis**

## Corona-Pandemie

### - Handlungsempfehlungen für die Familien- und Nachbarschaftshilfen -

In Zeiten der Corona-Pandemie sind insbesondere Menschen, die zu Risikogruppen gehören (wie z.B. ältere, hilfebedürftige oder chronisch kranke Menschen) auf Hilfe von außen angewiesen, da sie oftmals alleine leben und sich aus Angst vor einer Ansteckung nicht mehr aus dem Haus trauen.

Der Hilfebedarf dieser Personen wird im Ennepe-Ruhr-Kreis bereits von vielen Bürger\*innen wahrgenommen. Der Wille zu helfen ist in der Gesellschaft spürbar. So wurden bereits in einigen Städten Familien- und ehrenamtliche Nachbarschaftshilfen ins Leben gerufen, um hilfsbedürftige Menschen im Alltag zu unterstützen. Ob Einkaufen, mit dem Hund Gassi gehen oder Medikamente aus der nächstgelegenen Apotheke besorgen, all diese Unterstützungsleistungen werden zurzeit von Ihnen ehrenamtlich erbracht.

Aufgrund der rasanten Ausbreitung des Corona-Virus ist es gerade im Rahmen dieser Hilfsaktionen dringend erforderlich, dass auch Sie, als ehrenamtlichen Helfer\*innen besondere Maßnahmen zum Schutz der hilfebedürftigen Menschen, aber auch für sich selbst ergreifen, umso letztlich die Verbreitung von Corona einzudämmen.

Die folgenden Handlungsempfehlungen zeigen Ihnen noch einmal die allgemeinen Schutzmaßnahmen im Kampf gegen die Corona-Ausbreitung und geben Ihnen Tipps für eine geschützte und sichere Nachbarschaftshilfe:

### Allgemeine Schutzmaßnahmen:

#### **Händehygiene**

Regelmäßiges und gründliches Händewaschen unterbricht die Übertragungswege von Corona.

Dementsprechend sollten Sie sich mehrmals täglich mindestens 20 Sekunden lang die Hände mit Wasser und Seife waschen.

#### **Nicht ins Gesicht fassen**

Mögliche Erreger gelangen am schnellsten über die Schleimhäute von Mund, Nase oder Augen in den Körper.

Vermeiden Sie es demnach, sich mit den Händen ins Gesicht zu fassen.

## **Husten- und Niesregeln einhalten**

Beim Husten und Niesen werden unzählige Krankheitserreger weitergegeben. Auch beim Corona-Virus ist das Husten und Niesen der vorherrschende Übertragungsweg (Tröpfcheninfektion), weshalb es so leicht zu Übertragungen von Mensch-zu-Mensch kommt.

Einfache Hygieneregeln beim Husten und Niesen tragen dazu bei, andere nicht anzustecken.

- Niesen oder husten Sie am besten in ein Einwegtaschentuch. Verwenden Sie dies nur einmal und entsorgen es anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.  
Wichtig: Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten gründlich die Hände waschen!
- Ist kein Taschentuch griffbereit, sollten Sie sich beim Husten und Niesen die Armbeuge vor Mund und Nase halten und sich dabei von anderen Personen abwenden.

## **Tipps und Maßnahmen für die Nachbarschaftshilfe**

### **Direkten Kontakt vermeiden**

Zum eigenen Schutz und insbesondere zum Schutz der älteren und hilfebedürftigen Menschen sollte auf direkten Kontakt zu der jeweiligen Person verzichtet werden. Auch wenn die derzeit häuslich isolierten Menschen über jeden Gesprächspartner dankbar sind, sollten Sie keine direkten Gespräche vor der Tür oder in der Wohnung führen. (Sie können stattdessen Ihre Telefonnummern für mögliche Unterhaltungen austauschen)

*Sofern Gespräche nicht zu vermeiden sind, sollten diese nur mit hinreichendem Abstand von mindestens 2 Metern erfolgen und kurz gehalten werden (keinesfalls länger als 15 Minuten)*

### Tipps für das Gassi gehen:

Die „Übergabe“ des Hundes sollte wenn möglich kontaktlos und mit ausreichendem Abstand erfolgen.

### Tipps für den Einkauf von Lebensmitteln oder Medikamenten

Nach Möglichkeit sollten Sie vorab telefonisch absprechen, welche Lebensmittel bzw. Medikamente benötigt werden.

Die Besorgungen sollten Sie vor der Tür abstellen und das Geld auch über diesen Weg empfangen.

### **Wer sollte nicht helfen?**

Grundsätzlich gilt zunächst, dass eine ehrenamtliche Nachbarschaftshilfe nur von Personen geleistet werden sollte, die weder aus einem Risikogebiet (aktuelle Information: [www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](http://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)) zurückgekehrt sind, noch an irgendwelchen Symptomen leiden, die mit dem Corona-Virus in Verbindung stehen könnten (Husten, Fieber, Halsschmerzen, Luftnot). Sofern eines der beiden genannten Merkmale vorliegt, sollten Sie zum Schutz der Hilfebedürftigen keine Nachbarschaftshilfe leisten.