

## Was du beachten musst!

*Empfehlungen für Freiwillige, welche besonders gefährdete Personen bei der Bewältigung des Alltags unterstützen wollen.*

Danke, dass du bereit bist, jene in der Bevölkerung zu unterstützen, welche durch die Corona-Krise am meisten gefährdet sind. Wenn sie zuhause bleiben können, hilft das, unser Gesundheitssystem zu entlasten. Was du machst, ist gelebte Solidarität!

Damit dies aber nicht nach hinten losgeht, musst du einige Vorsichtsmassnahmen befolgen, um diese Personen nicht trotzdem einem Risiko auszusetzen. Halte dich dabei im Minimum an die Empfehlungen des Bundesamtes für Gesundheit, denn es ist möglich, dass sich diese in den nächsten Wochen noch verschärfen ([bag.admin.ch](http://bag.admin.ch)).

### Allgemeine Hinweise:

- Unterstütze die Menschen in deinem Umfeld, ohne grossen Kontakt mit ihnen zu haben. Wenn du auf Nummer sicher gehen willst, dann siehst du die betroffene Person nicht länger als einige Sekunden. Gebt euch nicht die Hand, geh nicht in die Wohnung hinein, kommuniziere möglichst per Telefon.
- Wasche vor und nach Personenkontakt immer gründlich deine Hände. Dies gilt auch, wenn du etwas bringst (z.B. bevor du einkaufen gehst).
- Wenn dir etwas zu viel wird, dann mach es lieber nicht. Niemand zwingt dich dazu und bei unangenehmen Situationen hast du das gute Recht, wegzugehen.
- Solltest du selber Symptome des Virus verspüren, dann bleib zu Hause! Da hilfst du in diesem Fall mehr, als wenn du den Virus im Quartier verteilst.

### Einkaufen:

- Sorg dafür, dass du nicht aus Versehen den Virus über die Tragtasche oder die Produkte in die Wohnung hineinschleppst. Empfiehl deine\*r Nachbar\*in, ebenfalls die Hände zu waschen nach dem Auspacken oder desinfiziere die Taschengriffe.
- Mach mit deine\*r Nachbar\*in ab, wer den Einkauf wie und wann bezahlt, sodass unangenehme Situationen gar nicht erst entstehen.

**Du hast weitere Inputs, die hier hin gehören? Dann melde dich bei uns: [corona@juso.ch](mailto:corona@juso.ch)**

[www.solidarity-now.ch](http://www.solidarity-now.ch)