

## SO SCHÜTZEN WIR UNS.



## Wie kann ich helfen?

Für betroffene oder gefährdete Personen, für medizinisches Personal, für Pflegefachpersonen, für Einsatzkräfte:

- Lebensmittel sowie Medikamente kaufen und liefern
- Kochen und Backen
- Kinderhütendienste, Hunde und andere Tiere ausführen/füttern
- Bücher und Zeitungen liefern
- Gartenarbeit, Reparaturen, Holznachschub
- Regelmässige Kontaktaufnahme per Telefon oder Skype

Hier finden Sie Unterstützung:

- [www.gr.ch/corona](http://www.gr.ch/corona)
- [www.hilf-jetzt.ch](http://www.hilf-jetzt.ch)
- [www.fiveup.org](http://www.fiveup.org)



... und direkt bei der Gemeinde für Unterstützung anfragen!

### Praktische Tipps für Einkäufe und Transportdienste

- **Halten Sie sich an die Hinweise des Bundesamt für Gesundheit für Hygiene**
- Verteilen Sie Flugblätter in die Briefkästen von Personen ohne Internetzugang, damit diese auch vom Angebot erfahren
- Kommunizieren Sie wenn möglich per Telefon oder E-Mail
- Deponieren Sie die Produkte vor der Haustüre, gehen Sie nicht in die Wohnung und vermeiden Sie jeglichen direkten Kontakt mit der unterstützten Person
- Die unterstützte Person anweisen, die Einkaufstasche wegzuwerfen und ihre Hände sowie alle gekauften Produkte oder andere Gegenstände, die geliefert werden, mit Seife gut zu reinigen bzw. zu desinfizieren. Die Tasche sollte nicht am Griff angefasst werden
- Bargeld austausch wenn möglich vermeiden, Twint, E-Banking oder Rechnung verwenden

### Praktische Tipps für Hütendienste

- **Halten Sie sich an die Hinweise des Bundesamt für Gesundheit für Hygiene**
- Darauf achten, dass auch Kinder alle empfohlenen Hygienemassnahmen weiterhin gut beachten
- Keine Kontakte zu älteren Menschen oder solchen mit Vorerkrankungen pflegen oder ermöglichen
- Möglichst kleine Gruppen und langfristige Kontakte mit vertrauten Personen nutzen, um den Stress für die Kinder zu reduzieren
- Am besten im eigenen Haus oder in der Siedlung einander aushelfen, Konstellationen konstant halten
- Anzahl Kinder pro Raum möglichst klein halten, gut lüften. So viel Zeit wie möglich im Freien wird empfohlen
- Kinder mit Fieber und Husten bleiben zu Hause
- Tiere nur mit entsprechende Vorkenntnissen ausführen/füttern