



Zivilschutz Infoblatt

des Niederösterreichischen Zivilschutzverbandes

Vorrat ja, hamstern nein!!!



Selbst wenn in den nächsten Tagen Geschäfte geschlossen werden sollten,

DER LEBENSMITTELHANDEL BLEIBT OFFEN!!!

Wir werden nicht verhungern, wir werden für ein paar Wochen anders leben, anders essen müssen. Gut ist, wenn Sie einen Vorrat zu Hause haben, falls es Engpässe in der Versorgung gibt. Aber es gibt keinen Grund für Hamsterkäufe.

Die Grundversorgung ist auf jeden Fall gesichert!

Wir empfehlen Ihnen diese Vorgangsweise:

1. Ermitteln Sie Ihren Bedarf: machen Sie eine Liste, **was** und vor allem **wie viel** Sie für ihren Haushalt brauchen – je nachdem, wie viel Personen, wie viel davon Kinder, Kleinkinder... Unten haben wir eine Liste zur Hilfe für Sie zusammengestellt.
2. Schauen Sie nach, was Sie sowieso schon zu Hause haben – und wie viel.
3. Kaufen Sie dann gezielt ein, was sie wirklich brauchen.

Keine Panik – Strom, Wasser gibt es ja. Sie können also kochen. Es wird nur vielleicht etwas Einfacheres sein als sonst.

CHECKLISTE

Lebensmittel & Getränke

Ihr Vorrat für 2 Wochen pro Erwachsenen (empfohlen)

☐ Mehl	1 kg	☐ Milch (länger haltbar)	1 – 2 Liter
☐ Reis	1 kg	☐ Butter	¼ kg
☐ Teigwaren	½ kg	☐ Speiseöl	½ Liter
☐ Zucker	1kg	☐ Eier	10 Stk
☐ Brot	1 kg	☐ Marmelade, Honig	je 1 Glas
☐ Aufbackweckerl o. ä.	nach Bedarf	☐ Fruchtsaft	ca. ½ Liter
☐ Dosenaufstrich	2 Dosen	☐ Verdünnungssaft	1 Flasche
☐ Fischkonserven	2 Dosen	☐ Kaffee, Tee, Kakao	nach Bedarf
☐ Kartoffeln	2 kg	☐ WC-Papier	2 Rollen
☐ Salate im Glas	2 Gläser		

Denken sie auch an die, die vielleicht nicht selbst einkaufen können oder sollen!



Hände
regelmäßig
mit Seife
waschen

Beim Niesen
oder Husten
Mund und Nase
bedecken



Kontakt mit
Menschen, die
Grippe-Symptome
zeigen, wenn möglich
vermeiden



Gesichtsmasken
sind nur nötig,
wenn Sie den Verdacht
haben, krank zu sein
oder kranke Menschen
betreuen.



Wenden Sie sich an die
HOTLINE 1450, wenn
Sie Fieber oder Husten
haben und seit weniger als
14 Tagen aus einem der Risiko-
gebiete zurückgekehrt sind.

ÖSTERREICHISCHE
APOTHEKERKAMMER

Niederösterreichischer Zivilschutzverband
Langenlebarner Straße 106, A-3430 Tulln / Donau
Tel.: (+43)2272/61820, Fax.: (+43)2272/61820-13
E-Mail: noezsv@noezsv.at Web: www.noezsv.at

www.noezsv.at

Quellen:

<https://www.sozialministerium.at/Informationen-zum-Coronavirus/Coronavirus--Haeufig-gestellte-Fragen.html>
<https://www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus/>



Sie fragen - der NÖZSV antwortet!

Wir sollen unsere sozialen Kontakte verringern – warum ist das so wichtig?

Damit wir die Verbreitung des Virus bremsen. **1/4 weniger Kontakte heißt 50 % weniger Verbreitung.** Je weniger sich der Virus ausbreitet, desto schneller können wir unser gewohntes Leben wieder aufnehmen.

Wie können wir uns auf Versorgungsengpässe vorbereiten?

Mit einem kleinen Vorrat. Aber bitte nur das wirklich notwendige einkaufen – wir werden nicht wochenlang ohne Versorgung sein! Eine Einkaufshilfe finden Sie auf der Rückseite. Bitte bedenken Sie: **die Grundversorgung ist auf jeden Fall gesichert!**

Wie können wir uns gegenseitig unterstützen?

Mehrere Haushalte können ihre Vorräte zusammenlegen oder absprechen, wer was auf Vorrat legt. **Einkaufen gehen für ältere Personen oder Menschen in Heimquarantäne;** auf Kinder aufpassen, damit Oma und Opa nicht gefährdet werden

Was bedeutet „Heimquarantäne“ und wen betrifft sie?

Sie betrifft nur Verdachtsfälle, bei denen die typischen Symptome auftreten. Personen in Quarantäne dürfen die Wohnung nicht verlassen und keine privaten Besuche erhalten. Der zuständige Amtsarzt informiert die betroffenen Personen über das Krankheitsbild, Krankheitsverläufe und Übertragungsrisiken, wie sie sich selbst überwachen können und wie sie sich zu Hause verhalten sollen. Personen in Heimquarantäne sollen 2 Mal täglich Fiebmessen. Die Versorgung sollte von Angehörigen oder Nachbarn übernommen werden. Wenn das nicht möglich ist, können Sie sich an das Team Österreich unter der Nummer: **0800 600 600 (kostenlos, täglich 7-19 Uhr)** wenden. Falls eine akute medizinische Betreuung notwendig ist, muss die **1450** oder **144** verständigt werden.

Was muss ich tun, wenn ich glaube, dass ich ein Verdachtsfall bin?

Wenn Sie glauben, dass Sie sich angesteckt haben, dann zuhause bleiben, Kontakte zu anderen Personen minimieren, Gesundheitstelefon 1450 anrufen und die Ratschläge bitte genau befolgen.

Was jeder Einzelne tun kann:

- Immer wieder Händewaschen
- Soziale Kontakte auf das Minimum beschränken
- Bevorraten mit Maß und Ziel
- Bei Problemen oder Unsicherheit 1450 anrufen

