

Zivilschutz Infoblatt  
des Niederösterreichischen Zivilschutzverbandes

# Liebe Generation Ü65!

Wir wollen Sie noch möglichst lange gesund bei uns haben. Darum jetzt bitte:

- **Bleiben Sie zu Hause!**
- Keinen direkten persönlichen Kontakt zu anderen Menschen – auch nicht Verwandte. Warum ist das wichtig? Weil dieser Virus vor allem für Personen ab dem 65. Lebensjahr besonders gefährlich ist!
- **Nehmen Sie Hilfe an**, wenn Sie Ihnen angeboten wird – von der Familie, von Freunden, von Freiwilligen, der Gemeinde. Aber bitte: kein persönlicher Kontakt
- Ihr **Gemeindeamt** hat die beste Übersicht über das Unterstützungs- und Hilfsangebot in ihrer Gemeinde.
- Lassen Sie sich ihre Lebensmittel, Essen etc. an die Tür bringen, aber **gehen Sie nicht selbst einkaufen**.
- Wenn Sie **Medikamente** brauchen:
  - » Rufen Sie ihren Arzt/Ihre Ärztin an
  - » Halten Sie Ihre e-Card bereit
  - » Sagen Sie, was Sie brauchen.
  - » Bitten Sie per Telefon einen Helfer, die **Medikamente für Sie abzuholen**.
- **Keinen persönlichen Kontakt**, wenn Sie Einkäufe oder Medikamente geliefert bekommen.
- Nach jedem persönlichen Kontakt und **mehrmals täglich Hände waschen**.
- Bleiben Sie in telefonischem Kontakt mit Ihrer Familie und Freunden
- Wenn Sie Fragen haben:

zum  
**Coronavirus:**

**AGES Infoline: 0800 555 621**

Wenn Sie glauben, dass Sie sich angesteckt haben: rufen Sie sofort **1450** und warten Sie zu Hause auf den Arzt

**Freizeittipps:**

**lesen, Rätselhefte lösen, mit Freunden und Bekannten telefonieren, kochen, Yoga,...**

**Zu Hause bleiben – gesund bleiben  
Gib dem Virus keine Chance!**



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 Risikogebiete zurückgekehrt sind.



# Zivilschutz Infoblatt

des Niederösterreichischen Zivilschutzverbandes

## Was gilt jetzt?

## Wer darf was?

## Was darf ich nicht?

**Die Beschränkungen wegen des Coronavirus für den Alltag kurz zusammengefasst:**

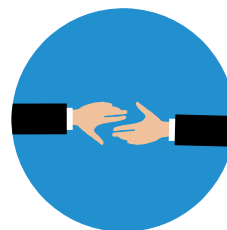
**Spielplätze, Sportplätze:** sind gesperrt – das Risiko, dass der Virus dort weitergegeben wird, ist zu groß

**Spaziergehen:** ist zwar erlaubt, aber... nur, wenn Bewegung unbedingt notwendig ist; nur, wenn die Spannung in der eigenen vier Wänden zu groß wird. Wichtig: nur mit Menschen, die im selben Haushalt leben (keine Spaziergänge mit Nachbarn und Freunden), Abstand von anderen Spaziergängern halten.

**Einkaufen:** Lebensmittel einkaufen ist möglich. Auch da gilt: möglichst Abstand halten zu anderen Personen – z. B. beim Anstellen an der Kassa. Zur Sicherheit (falls Sie welche haben) Einweghandschuhe verwenden und diese dann entsorgen. Jedenfalls nach dem Einkaufen Hände gründlich waschen. Erlaubt sind auch der Weg zur Apotheke, zum Arzt, zur Apotheke.

**Helfen:** ist erlaubt. Einkaufen für ältere Menschen oder ähnliches ist sogar erwünscht, aber jedenfalls mit genug Abstand und ohne persönlichen Kontakt! Einkaufsliste telefonisch klären, Einkauf an die Tür hängen, Geld in einem Kuvert unter der Tür durchschieben.

**Lieferservice:** ist erlaubt – bitte keinen persönlichen Kontakt mit dem Lieferanten. Wenn geht, online bezahlen, Lieferung vor die Tür stellen lassen. Gilt auch für Essenslieferungen!





# Zivilschutz Infoblatt

des Niederösterreichischen Zivilschutzverbandes

**Arbeiten:** mit Einschränkungen erlaubt. Wenn es geht, von zu Hause aus; wenn es nicht geht, dann nach Möglichkeit so zur Arbeit fahren, dass kein näherer Kontakt mit anderen Menschen möglich ist (zu Fuß, mit dem Rad oder eigenem Auto; in Öffis nach Möglichkeit genug Abstand zu anderen halten). Welche Branchen arbeiten dürfen, steht ganz detailliert z. B. auf [www.wko.at](http://www.wko.at)



**Geschäfte:** sind fast alle geschlossen. Supermärkte und Nahversorger sind offen, dürfen aber nur Lebensmittel verkaufen (bitte stressen Sie nicht das Personal, wenn sie etwas anderes wollen – sie dürfen es Ihnen nicht verkaufen!). Offen sind auch Apotheken, Drogerien, Banken, Tankstellen, Post, Trafiken, Kfz-Werkstätten. Erlaubt sind Gesundheits- und Pflegedienstleistungen, der Verkauf von Tierfutter, Dienstleistungen für Behinderte und Notfälle, die Rechtspflege, der öffentliche Verkehr sowie Reinigungsdienstleistungen und Abfallentsorgung.



**24h - Pflegekräfte:** bei Fragen bitte die zuständige Servicestelle kontaktieren.



**Am besten ist: nur hinausgehen, wenn es wirklich unbedingt sein muss. Zur eigenen Sicherheit, und zur Sicherheit der anderen. Denn jeder kann das Virus weitergeben, auch wenn er selbst gesund ist.**

Oder anders gesagt:

**Schau auf dich – schau auf mich – bleib zu Hause!**

