

## Handlungsempfehlungen für die ehrenamtlichen Familien- und Nachbarschaftshilfen im Rahmen der Corona-Pandemie

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 aus Vorsorge vor einer Ansteckung nicht mehr aus dem Haus gehen. Der Hilfebedarf dieser Personen wird im Rheinisch-Bergischen-Kreis bereits von vielen Bürgerinnen und Bürgern wahrgenommen. Der Wille zu helfen ist in der Gesellschaft spürbar. So haben sich bereits in allen Städten und Gemeinden ehrenamtliche Familien- und Nachbarschaftshilfen gegründet, um betroffene Menschen im Alltag zu unterstützen.

Ob Einkaufen, mit dem Hund Gassi gehen, Medikamente aus der nächstgelegenen Apotheke besorgen oder am Telefon als Ansprechpartner zur Verfügung stehen für die Ängste und Sorgen der Menschen, die zu Hause bleiben müssen, alle diese Unterstützungsleistungen werden zurzeit von vielen Ehrenamtlichen erbracht.

Aufgrund der rasanten Ausbreitung des Corona-Virus ist es gerade im Rahmen dieser Hilfsaktionen dringend erforderlich, dass auch die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer besondere Maßnahmen zum Eigenschutz und Schutz der hilfebedürftigen Menschen ergreifen, um so letztlich die Verbreitung von Corona einzudämmen.

Die folgenden Handlungsempfehlungen zeigen noch einmal die allgemeinen Schutzmaßnahmen im Kampf gegen die Corona-Ausbreitung auf und geben 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 20 bis 30 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.
- 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.

**Wichtig:** Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten gründlich die Hände waschen!

## Tipps und Maßnahmen für die Nachbarschaftshilfe

**Direkten Kontakt vermeiden:** Zum eigenen Schutz und insbesondere zum Schutz der älteren oder unterstützungsbedürftigen 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.

**Helfen Sie lokal:** Vermeiden Sie weite Wege, helfen Sie in Ihrer unmittelbaren Nachbarschaft, zum Beispiel Ihren Haus-Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern oder in Ihrer Straße. Helfen Sie wenigen, aber das konsistent. Suchen Sie zum Beispiel eine Familie und helfen nur dieser.

**Tipps für den Einkauf von Lebensmitteln oder Medikamenten:** Nach Möglichkeit sollten Sie vorab telefonisch absprechen, welche Lebensmittel bzw. Medikamente benötigt werden. Die Besorgungen und den Kassenbon sollten Sie vor der Tür abstellen und das Geld auch über diesen Weg empfangen.

**Tipps für das Gassi gehen:** Die „Übergabe“ des Hundes sollte ebenfalls wenn möglich kontaktlos und mit ausreichendem Abstand erfolgen. Vermeiden Sie ausgeprägte Streicheleinheiten.

**Wichtig:** Sofern Gespräche nicht zu vermeiden sind, sollten diese nur mit hinreichendem Abstand von mindestens 2 Metern erfolgen und kurz gehalten werden! Waschen Sie sich vor und nach dem Einkauf, Botengang oder Spaziergang mit dem Hund gründlich die Hände!

**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, Schnupfen, Halsschmerzen). Sofern eines der beiden genannten Merkmale vorliegt, sollten Sie zum Schutz der Hilfebedürftigen keine Nachbarschaftshilfe leisten.