

Handout «Deutsch», Schutzmassnahmen gelten nach wie vor

Der Bundesrat ruft dazu auf, uns und andere weiterhin zu schützen. Es ist wichtig, dass die Verhaltens- und Hygieneregeln nach wie vor eingehalten werden:

- ▶ Bleiben Sie aktuell möglichst noch zu Hause, besonders gefährdete Personen sollen weiterhin zu Hause bleiben.

Ausnahmen sind:

- Sie müssen Lebensmittel einkaufen.
 - Sie müssen zum Arzt, zur Ärztin oder in die Apotheke gehen.
 - Jemand benötigt Ihre Hilfe.
 - Homeoffice ist nicht möglich und Sie müssen arbeiten gehen.
 - Wenn Sie älter als 65 sind oder wenn Sie eine Vorerkrankung haben, wird dringend empfohlen, keine Ausnahme zu machen; ausser Sie müssen zur Ärztin oder zum Arzt.
- ▶ Bund und Kanton verbieten nach wie vor Ansammlungen von mehr als 5 Personen im öffentlichen Raum (Grillplätze, Geh- und Spazierwege, Parkanlagen etc.). Es muss immer ein Abstand von zwei Metern eingehalten werden. Wer sich nicht daran hält, kann gebüsst werden. Bei den öffentlichen Verkehrsmitteln ist es schwierig, genügend Abstand voneinander einzuhalten. Das Grundangebot des öffentlichen Verkehrs bleibt zwar bestehen, nutzen Sie für den Arbeitsweg wo immer möglich andere Möglichkeiten (zu Fuss, Fahrrad, E-Bike).
- ▶ **Waschen Sie Ihre Hände regelmässig gründlich mit Seife.**
 - ▶ **Husten und niesen Sie in ein Taschentuch oder in Ihre Armbeuge.**
 - ▶ **Es ist wichtig, Händeschütteln, Umarmungen und Begrüssungsküsse zu vermeiden. Gegen Ansteckung können wir uns ausserdem schützen, indem wir unsere Nase, Mund und Augen besser nicht mit den Händen berühren.**
 - ▶ Besuche in Alters- und Pflegeheimen sowie Spitälern sind nach wie vor verboten.
 - ▶ Gehen Sie nur nach telefonischer Anmeldung in die Ärztinnenpraxen oder Notfallstation. Bei Beschwerden, Krankheitsgefühl oder Symptomen nehmen Sie Hilfe in Anspruch.
 - ▶ Eine allgemeine Maskenpflicht für gesunde Personen in der Öffentlichkeit ist nicht vorgesehen.

Gelesen und verstanden:
Datum: