

## Gemeinsam gesund bleiben in Vorarlberg in COVID-19 Zeiten

Sehr geehrte Bewohnerinnen und Bewohner in Vorarlberg!

Wir befinden uns derzeit in außergewöhnlichen Zeiten und sind alle von der COVID-19 Krise betroffen. In dieser Situation ist es besonders wichtig, dass wir dem Virus gemeinsam entgegenwirken.

Wir haben den Herbst und den Winter vor uns. Wir werden wieder viel in Innenräumen sein. Hier stecken wir uns leichter an als im Freien. Bitte, achten Sie gut auf die aktuellen Corona-Empfehlungen, auch wenn Sie Ihre Familie, Verwandten und Freunde zuhause besuchen. Zurzeit infizieren sich gerade viele im Umfeld der eigenen Familie und im Freundeskreis. Schützen Sie sich und Ihre Lieben auch dort.

Folgende Maßnahmen werden empfohlen:

- Mindestabstand von 1 Meter einhalten!
- Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes, wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann!
- Regelmäßig Hände waschen und desinfizieren!
- Husten oder Niesen in ein Papiertaschentuch, ersatzweise in den Ellenbogen!
- Im Erkrankungsfall zu Hause bleiben!
- Bei Husten, Atembeschwerden oder Fieber: Den Hausarzt oder die Gesundheitshotline 1450 telefonisch kontaktieren. KEINESFALLS die Arztpraxis oder das Spital aufsuchen!
- Räume, in denen sich mehr Menschen befinden, regelmäßig gut lüften!
- Wenn Kontakt mit Personen bestand, die möglicherweise mit dem Corona-Virus infiziert sind, oder wenn man sich selber krank fühlt, nicht zu Familientreffen oder zu einem Treffen mit anderen Personen gehen!
- Bei Quarantäne: Die erkrankte Person soll räumlich getrennt von den gesunden Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern sein!

Kontakt zu unserer Familie und unseren Freunden ist für uns Menschen wichtig. Dennoch – wir sollten derzeit alle achtsam mit sozialen Kontakten umgehen und diese reduzieren, wo uns das möglich ist.

**„Nur mit gemeinsamer Anstrengung kommen wir in Vorarlberg durch die COVID-19-Krise. Ich danke Ihnen dabei für Ihren verantwortungsvollen Einsatz!“**

*Landesrat Christian Gantner*