

## Belehrung Mitwirkung Einkaufshilfe Gottmadingen

Hiermit bestätige ich, \_\_\_\_\_ (Name, Vorname), dass ich von den allgemeinen Hygieneregeln (siehe unten) Kenntnis genommen habe und diese anwende. Mir ist ferner bekannt, dass die Nutzung eines privaten PKWs auf eigene Verantwortung erfolgt und die Nachbarschaftshilfe Gottmadingen e.V. oder die Gemeinde Gottmadingen nicht für etwaige Schäden haftbar gemacht werden kann. Schließlich versichere ich, dass ich eine Tätigkeit in der Nachbarschaftshilfe Gottmadingen e.V. nur ausübe, wenn ich

- keine grippalen oder Erkältungssymptome habe,
- in den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu einer mit COVID-19 infizierten Person hatte,
- und mich in den letzten 14 Tagen nicht in einem Risikogebiet (eine tagesaktuelle Auflistung findet sich auf der Homepage des Robert-Koch-Instituts: [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete.html)) aufgehalten habe.

Gottmadingen, den \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Unterschrift



Bundesministerium  
für Gesundheit



Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung

# Virusinfektionen – Hygiene schützt!

Mit einfachen Maßnahmen können Sie helfen,  
sich selbst und andere vor  
Infektionskrankheiten zu schützen.

Die wichtigsten Hygienetipps:



**Niesen oder husten Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch** – und entsorgen Sie das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.



**Halten Sie die Hände vom Gesicht fern** – vermeiden Sie es, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.



**Halten Sie ausreichend Abstand zu Menschen, die Husten, Schnupfen oder Fieber haben** – auch aufgrund der andauernden Grippe- und Erkältungswelle.



**Vermeiden Sie Berührungen (z. B. Händeschütteln oder Umarmungen)**, wenn Sie andere Menschen begrüßen oder verabschieden.



**Waschen Sie regelmäßig und ausreichend lange (mindestens 20 Sekunden) Ihre Hände mit Wasser und Seife** – insbesondere nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten.



Weitere Informationen zum Schutz vor Infektionskrankheiten sowie aktuelle FAQ zum neuartigen Coronavirus finden Sie auf den Internetseiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) und [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

**infektionsschutz.de**

*Wissen, was schützt.*

