

## Unser Umgang mit der Corona-Epidemie



In Anbetracht des sich rapide ausbreitenden Corona-Virus sind wir herausgefordert zu fragen, wie wir gelebte Liebe zu Mitmenschen in der aktuellen Situation angemessen leben können.

In welchem unserem Verhalten drückt sich diese Liebe am besten aus?

Die größte aktuelle Herausforderung besteht darin, die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen und damit auch die besonders gefährdeten Risikogruppen in der Gesellschaft zu schützen: ältere Menschen ab 60 Jahren und Menschen mit Vorerkrankungen.

Das Ziel der Politik und der zuständigen Gesundheitsbehörden ist es aktuell, die Verbreitung des Virus zu verlangsamen um eine Überlastung des Gesundheitssystems und damit auch hohe Sterberaten möglichst zu vermeiden. Dieses Vorgehen ist nachvollziehbar, scheint uns richtig und sollte von uns aktiv unterstützt werden. Wir werden uns deshalb an die jeweils gültigen behördlichen Vorgaben halten.

Darüber hinaus gilt es für lokale Vineyard-Leitungen konkret abzuwägen, wie sie mit darüberhinausgehenden Empfehlungen umgehen und wie sie dazu beitragen können, die Ausbreitung des Virus einzudämmen.

Die Maßnahmen können von Hinweisen auf Hygiene-Maßnahmen im Alltag und der Festsetzung besonderer Regeln für die Gottesdienste bis hin zum vorübergehenden Aussetzen von Gottesdiensten und alternativen (z. B. Online-) Modellen reichen.

In all dem dürfen wir konkret beten, denn „Viel vermag das Gebet eines Gerechten in seiner Wirkung“ (Jak 5,16). Das Gebet um Schutz, Bewahrung und eine Eindämmung der Ausbreitung ist ein spezifischer Beitrag, den wir als Christen leisten können.

### **Als eine Leitlinie unseres Handelns gilt für uns:**

*Die gelebte Liebe zu unseren Mitmenschen ist die Verwirklichung unseres Vertrauens zu Gott.*

Im Folgenden einige Orientierungshilfen, wie sich das Gebot der Liebe zu unseren Mitmenschen konkret auf unser Handeln auswirken könnte:

### **Wir nehmen die Empfehlungen & Verordnungen von Experten und Politik ernst:**

*Mit einfachen Maßnahmen können wir alle helfen, uns selbst und andere vor Ansteckungen zu schützen, Krankheitszeichen zu erkennen und Hilfe zu finden.*

**Rainhard Wedeleit & Martin Bühlmann** für das Leitungsteam

**Anlage:** Verhaltensempfehlungen



### **In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.**

Halten Sie beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand – drehen Sie sich am besten weg. Niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch, das Sie danach entsorgen.

Ausschnauben, Niesen, Spucken, Husten:

Damit können wir Viren übertragen, wenn wir die Verhaltensregeln nicht beachten.

### **Wir kann ich das Übertragungsrisiko verringern oder vermeiden?**

- Halten Sie beim Husten oder Niesen etwas vor Nase und Mund, am besten ein Papiertaschentuch
- Wenn Sie Taschentuch haben, husten oder niesen Sie in Ihre Armbeuge und nicht in die Hände. Sollten Sie doch die Hände benutzen, waschen Sie sie möglichst gleich danach gründlich
- mit Wasser und Seife
- Schnäuzen nur in Papiertaschentücher (keine Stofftücher)
- Spucken Sie in ein Papiertaschentuch
- Waschen Sie die Hände nach jedem Husten, Niesen und Spucken in ein Papiertaschentuch
- Verwenden Sie Papiertaschentücher und benutzen Sie es nur einmal. Dann entsorgen Sie es



### **Gründlich Hände waschen.**

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Indem Sie regelmäßig Ihre Hände waschen und pflegen, können Sie sich gut schützen.

### **Wann sollte ich mir die Hände waschen?**

Sooft als möglich, aber besonders:

- vor der Essenszubereitung
- vor dem Essen
- bevor man Kindern Essen gibt
- nach dem Ausschnauben, Niesen oder Husten
- nach dem nach Hause kommen
- nachdem man öffentliche Verkehrsmittel genutzt hat
- nachdem man eine kranke Person besucht hat, oder man engen Kontakt mit Material von Kranken oder ihren persönlichen Gegenständen hatte

- bevor man Kontaktlinsen einsetzt oder herausnimmt
- nachdem man eine Hygienemaske abgenommen hat
- nach dem Toilettengang
- nachdem man einem Kind die Windeln gewechselt oder es auf die Toilette begleitet hat
- nach dem Umgang mit Abfall
- wenn man schmutzige Hände hat

### **Wie wasche ich die Hände richtig?**

Auf die richtige Methode kommt es an. Seife allein genügt nicht, um die Keime unschädlich zu machen. Nur wenn man richtig einseift, reibt, abspült und trocknet, schafft man das. So geht es:

- Machen Sie die Hände unter fließendem Wasser nass
- Seifen Sie die Hände ein, wenn möglich mit Flüssigseife
- Reiben Sie die Hände, bis sich Schaum bildet – auch die Handrücken, zwischen den Fingern, unter den Fingernägeln und die Handgelenke
- Spülen Sie die Hände unter fließendem Wasser gut ab
- Trocknen Sie sie mit einem sauberen Handtuch, wenn möglich mit einem Wegwerf-Papiertuch oder einer einmal benutzbaren Stoffhandtuchrolle

### **Was muss ich noch beachten?**

- Verwenden Sie möglichst Flüssigseife
- Am besten tragen Sie keine Ringe. Falls Sie einen Ring tragen: Ziehen Sie ihn vor dem Händewaschen aus, reinigen Sie ihn mit Seife und trocknen Sie ihn gut
- Pflegen Sie Ihre Haut: In lädierteter Haut können sich richtige Mikrobennester bilden. Verwenden sie zur Pflege der Haut eine Feuchtigkeitscreme
- Schneiden Sie die Fingernägel kurz und bürsten Sie die Nägel regelmäßig. So kann sich darunter kein Schmutz ansammeln



### Halten Sie Abstand

Halten Sie Abstand zu anderen Menschen. Eine Ansteckung mit dem neuen Corona-Virus kann erfolgen, wenn man zu einer erkrankten Person länger als 15 Minuten weniger als zwei Meter Abstand hält. Indem Sie Abstand halten, schützen Sie sich und andere vor einer Ansteckung.

- Meiden Sie größere Anlässe, die nicht zwingend notwendig sind
- Halten Sie beim Anstehen Abstand zu den Personen vor und hinter Ihnen (zum Beispiel Kasse, Post oder Kantine)
- Lassen Sie an Sitzungen zwischen Ihnen und den anderen Teilnehmenden einen Stuhl frei
- Bleiben Sie nach Möglichkeit auf Distanz zu besonders gefährdeten Menschen in Ihrem Umfeld
- Reduzieren Sie Besuche in Alters- und Pflegeheimen sowie Spitälern auf ein Minimum



### Händeschütteln vermeiden

Je nachdem, was wir gerade angefasst haben, sind unsere Hände nicht immer sauber. Ansteckende Tröpfchen aus Husten und Niesen können sich an den Händen befinden. Sie gelangen an Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt. Darum ist es wichtig, das Händeschütteln zu vermeiden.

#### **Gegen Ansteckung können wir uns schützen, indem wir:**

- Begrüßungsküsse und Händeschütteln vermeiden
- Nase, Mund und Augen besser nicht berühren



### **Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation**

Erste Krankheitszeichen sind Husten, Schnupfen, Halskratzen und Fieber. Einige Betroffene leiden zudem an Durchfall. Bei einem schweren Verlauf können Atemprobleme oder eine Lungenentzündung eintreten.

Wenn Sie nur leichte Symptome wie Fieber und Husten haben müssen Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt nicht anrufen. Die Kapazitäten der Ärztinnen und Ärzte sowie der Gesundheitseinrichtungen sind begrenzt, wir wollen sie optimal nutzen.

Wenn Sie zu den besonders gefährdeten Personen gehören oder ihre Krankheitssymptome stärker werden (hohes Fieber, Atembeschwerden oder Atemnot): Rufen Sie eine Ärztin/einen Arzt oder eine Gesundheitseinrichtung an.

Besonders gefährdete Personen sind Menschen über 65 Jahre sowie solche mit Vorerkrankungen wie Bluthochdruck, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Atemwegserkrankungen, Krebs oder Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen.

- Klären Sie telefonisch ab, ob ein Arztbesuch notwendig ist
- Informieren Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin, wenn Sie eine besonders gefährdete Person sind

Gehen Sie nur von sich aus in die Notfallstation eines Krankenhauses, wenn sich Ihr Zustand verschlimmert und Ihre Ärztin oder Ihr Arzt nicht erreichbar ist. In diesem Fall müssen Sie die Notfallstation vorher anrufen



### **Bei Fieber und Husten zu Hause bleiben.**

- Bleiben Sie bei Krankheitssymptomen (Atembeschwerden, Husten und Fieber) zu Hause.
- Gehen Sie nicht mehr in die Öffentlichkeit
- Vermeiden Sie den Kontakt zu anderen Personen
- Kontaktieren Sie – immer zuerst telefonisch – eine Ärztin, einen Arzt oder eine Gesundheitseinrichtung, bevor Sie sie aufsuchen

Nach einer Ansteckung können Krankheitssymptome bis zu 14 Tage später auftreten. Haben Sie sich in einem Gebiet aufgehalten, in dem bereits Erkrankungsfälle mit dem neuartigen Corona-Virus aufgetreten sind? Sollten innerhalb von 14 Tagen die oben beschriebenen Krankheitszeichen auftreten, vermeiden Sie unnötige Kontakte zu weiteren Personen und bleiben Sie nach Möglichkeit zuhause. Kontaktieren Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt per Telefon und besprechen Sie das weitere Vorgehen, bevor Sie in die Praxis gehen.

Quelle: Die o. g. Hinweise sind den öffentlichen Empfehlungen, insbesondere des Bundesamtes für Gesundheit entnommen.

vineyard **Bei Gottesdiensten & Veranstaltungen**

- **Einige mögliche Maßnahmen und Empfehlungen:**
- Es wird aktiv auf die jeweils geltenden Hygienemaßnahmen im Alltag hingewiesen und diese auch im Veranstaltungsgebäude ausgehängt.
- Die lokalen Leitungen kommunizieren per Email, über ihre Homepage und in den Veranstaltungen transparent über die jeweils geltenden Maßnahmen und Verhaltensweisen.
- Menschen, die krank sind oder Krankheitssymptome wie Husten, Schnupfen, Fieber zeigen und deren Angehörige werden aufgefordert, aus Sicherheitsgründen zuhause zu bleiben, ebenso Menschen, die in den letzten 14 Tagen in einem Risikogebiet waren.
- Am Eingang wird jede/r gebeten, die Hände zu desinfizieren. Das kann z.B. von einem Begrüßungsdienst übernommen werden.
- Das Abendmahl wird vorübergehend ausgesetzt oder der Wein/Traubensaft wird nur in kleinen Einzelbechern bereitgestellt.
- Türklinken und andere Kontaktflächen werden vor und nach Veranstaltungen desinfiziert.
  
- **Weitere Überlegungen, die aktuell oder mit Blick auf die Zukunft vorgedacht werden sollten:**
- Wie können Predigten online übertragen werden.
- Kann ein Besuchsdienst für Kranke und Menschen, die in Quarantäne müssen, eingerichtet werden (Heilungsgebet und praktische Versorgung)?
- Was tun wir, wenn Menschen in unserer Mitte angesteckt werden?
- Wie kann der Beitrag durch Gebet realisiert werden?
- Wie wollen wir unsere Glieder ermutigen, Jesus zu bezeugen, die Liebe Gottes an verunsicherte Menschen weiterzugeben?
- Welche sinnvollen Maßnahmen können für die Kindergottesdienste ergriffen werden?
- Welche Regelungen oder Empfehlungen sind für Kleingruppen wichtig?

Als Ergänzung zu dieser Information fügen wir eine ganz bemerkenswerte Predigt zur „Corona-Epidemie und der Jesusnachfolge in Zeiten der Verunsicherung“ von Michael Guttenberger. [Link zur Predigt](#)