

Unbedingt Sicherheitsabstände  
und Hygienemaßnahmen einhalten.

# Ich benötige Hilfe



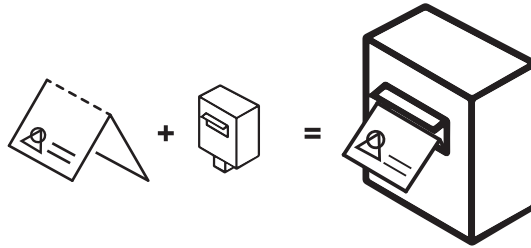
---

  
 Erledigungen  
 Einkäufe

Kontakt - Info  
(optional: Telefon-Nummer, Adresse, ...)

---

hier falten  
[www.itshelp.info](http://www.itshelp.info)



[www.itshelp.info](http://www.itshelp.info)  
hier falten



# Ich kann helfen

Unbedingt Sicherheitsabstände  
und Hygienemaßnahmen einhalten.

---

Kontakt - Info  
(optional: Telefon-Nummer, Adresse, ...)

 Einkäufe  
 Erledigungen  
 \_\_\_\_\_

## Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

besondere Situationen erfordern einen besonderen Zusammenhalt. Wir haben es uns im Auftrag der Bundesregierung und #WirVsVirus zur Aufgabe gemacht, jedem Einzelnen einen Zugang zu Hilfsangeboten zu schaffen, auch ohne Internet. So soll wirklich jeder die Chance haben, die Hilfe zu bekommen, die er oder sie gerade braucht.

### Für Hilfesuchende



Ich benötige Hilfe

1. Kreuzen Sie auf der Hilfesuchenden-Seite des Flyers an, wobei Sie gerade Hilfe benötigen.
2. Schreiben Sie Ihren Namen und - wenn Sie möchten - Ihre Telefonnummer auf den Zettel. (Bitte groß und deutlich)
3. Hängen Sie den Zettel von außen gut sichtbar im Fenster, an der Türe oder im Hausflur auf oder hängen Sie den Zettel an den Briefkasten.
4. Ein vorbeilaufender Nachbar sieht diesen Zettel und kann seine/ihre Unterstützung sofort anbieten oder jemandem anderen Bescheid sagen, der helfen kann.

### Für Helferinnen und Helfer



Ich kann helfen

1. Kreuzen Sie auf der Helferseite des Flyers an, bei was Sie Ihre Hilfe anbieten möchten.
2. Schreiben Sie Ihren Namen und - wenn Sie möchten - Ihre Telefonnummer auf den Zettel. (Bitte groß und deutlich)
3. Hängen Sie den Zettel von außen gut sichtbar im Fenster, an der Türe oder im Hausflur auf oder hängen Sie den Zettel an den Briefkasten.
4. Halten Sie die Augen offen und kontaktieren Sie diejenigen, die sichtbar Hilfe brauchen.

### Wichtige Hinweise:

- Halten Sie einen Abstand von mindestens 1 bis 2 Metern ein, wenn Sie mit ihren Nachbarn interagieren.
- Niesen und husten Sie in die Ellenbeuge.
- Schütteln Sie keine Hände. Waschen Sie sich regelmäßig für 20 Sekunden gründlich die Hände mit Seife.
- Die Übergabe der Einkäufe funktioniert am besten, wenn der Empfänger der Einkäufe eine Kiste oder Ähnliches vor die Tür stellt, in die die Einkäufe gelegt werden können.
- Lassen Sie Unbekannten gegenüber ein gesundes Maß an Vorsicht walten und hören Sie auf Ihr Bauchgefühl. Falls Sie sich unsicher fühlen, bitten Sie Ihren hilfsbereiten Nachbarn, sich auszuweisen, wenn dieser Ihnen nicht bekannt sein sollte. So können Sie sich aufschreiben und dokumentieren, wer Ihnen Hilfeleistungen angeboten und für Sie ausgeführt hat.
- Lassen Sie sich immer den Kassenzettel geben.