

## German (Deutsch)

### COVID-19-Informationen für Personen mit Behinderungen und Betreuer

Jeder ist dem Risiko ausgesetzt, an Coronavirus (COVID-19) zu erkranken. Für die meisten Menschen wird dies nur eine leichte Krankheit sein, von der sie sich mühelos erholen; bei anderen kann sich jedoch eine schwere Erkrankung entwickeln, die die Lunge angreift.

Menschen mit Behinderungen können unter Umständen schwerer an COVID-19 erkranken, insbesondere wenn sie:

- bereits andere Erkrankungen haben
- ein schwaches Immunsystem haben
- 70 Jahre und älter sind
- Aborigines oder Bewohner der Torres-Strait-Inseln und 50 Jahre und älter sind
- in betreuten Unterkünften oder in einem Gruppenheim wohnen.

#### Ressourcen für Personen mit Behinderungen

Personen mit Behinderungen, die von COVID-19 betroffen sind, stehen eine Reihe von Online-Ressourcen und -Diensten zur Verfügung. Ein Familienmitglied oder eine Pflegeperson kann Sie möglicherweise dabei unterstützen, die folgenden Websites zu besuchen:

- Auf der Website des Queenslanders with Disability Network oder ‚QDN‘ (<https://qdn.org.au/home/covid-19/>) finden Sie zugängliche Informationen zu COVID-19, Selbstquarantäne und Tipps, wie Sie sicher und gesund bleiben können.
- Die NDIS-Website (<https://www.ndis.gov.au/coronavirus>) hat eine Reihe von COVID-19-Ressourcen sowie Informationen, wie Sie sicherstellen können, dass Sie während des COVID-19-Zeitraums die richtige Unterstützung erhalten.
- Die Disability Support Guide-Website (<https://www.disabilitysupportguide.com.au/talking-disability/helping-someone-with-intellectual-disability-during-covid-19>) bietet Informationen für Menschen mit einer geistigen Behinderung.
- Die Access Easy English-Website (<https://accesseasyenglish.com.au/covid-19-resources/>) hat eine Reihe von Ressourcen in einfachem Englisch mit Bildern.

#### Was soll ich tun, wenn ich mich krank fühle?

Wenn Sie sich krank fühlen, rufen Sie Ihren Arzt oder 13 HEALTH (13 43 25 84) an, um zu fragen, was Sie als nächstes tun sollten.

#### Darf ich ausgehen?

Die Regierung kann, abhängig vom Grad der Übertragung von COVID-19 in der Gemeinschaft, Beschränkungen für die Bewegungen von Personen auferlegen und aufheben. Wenn Sie aus Sicherheitsgründen zu Hause bleiben müssen oder weil Sie krank sind, gibt es Unterstützung, die Ihnen dabei hilft. Informationen zur Planung Ihres Aufenthalts zu Hause sowie eine Checkliste der unbedingt notwendigen Gegenstände und Vorräte finden Sie auf der Website des Queenslanders with Disability Network oder ‚QDN‘ (<https://qdn.org.au/home/covid-19/>).

#### Wie kann ich Lebensmittel bekommen?

Wenn Sie lange zu Hause bleiben müssen, müssen Sie möglicherweise folgendes tun:

- Bitten Sie Ihre Freunde oder Familie, Ihnen Essen zu bringen. Halten Sie sich bei deren Ankunft mindestens zwei große Schritte von ihnen entfernt.
- Bestellen Sie Ihre Lebensmittel online.
- Rufen Sie die Hotline zum Wiederaufbau der Gemeinschaft, die Community Recovery Hotline, unter 1800 173 349 an, wenn Sie Hilfe bei der Beschaffung von Lebensmitteln benötigen.

### Wie kann ich von zu Hause aus medizinische Hilfe bekommen oder rezeptpflichtige Medikamente bestellen?

Menschen mit Behinderungen können sehr krank werden, wenn sie nicht regelmäßig zum Arzt gehen oder ihre regelmäßigen Gesundheitsdienste in Anspruch nehmen.

Die australische Regierung hat Mittel bereitgestellt, um Ihnen zu helfen, Ihren Arzt aufzusuchen und Medikamente von zu Hause aus zu bekommen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber. Viele Ärzte nutzen auch Telefon- und Videoanrufe anstelle von persönlichen Terminen. Bitte rufen Sie Ihren Arzt an, um dies zu besprechen.

### Soll ich Besucher meiden?

Möglicherweise ist die Anzahl der Besucher, die Sie zu Hause haben können, weiterhin begrenzt. Diese Beschränkungen gelten nicht für Betreuer, Hilfskräfte oder andere Personen, die für Sie wesentliche Dienstleistungen erbringen.

### Wie kann ich mich schützen, wenn ich ein Haus mit anderen teile?

Wenn Sie in einer betreuten Unterkunft oder in einem Gruppenheim wohnen, tun Sie diese zusätzlichen Dinge, um das Risiko von COVID-19 zu verringern:

- Platzieren Sie die Sitzplätze in gemeinsamen Bereichen im Abstand von 1,5 Metern (zwei große Schritte) voneinander weg.
- Verbringen Sie nicht mehr als 15 Minuten mit anderen Personen auf kleinem Raum.
- Planen Sie, wann Sie und die Personen, mit denen Sie zusammenleben, gemeinsame Bereiche nutzen, damit Sie nicht alle gleichzeitig dort sind.
- Stellen Sie sicher, dass jemand Dinge reinigt oder desinfiziert, die häufig berührt werden.
- Erwägen Sie, Mahlzeiten zu unterschiedlichen Zeiten zu kochen, damit sich nicht zu viele Personen zur selben Zeit in der Küche aufhalten.
- Stellen Sie sicher, dass Handtücher und Bettwäsche häufig gewaschen werden.

### Was tun, wenn Ihr Betreuer krank wird?

Rufen Sie Ihren regulären Diensteanbieter an, wenn Ihr Familienmitglied, Freund oder Betreuer, der Ihnen hilft, krank wird und Sie nicht betreuen kann oder Sie zusätzliche Hilfe benötigen. Wenn Sie keinen regulären Diensteanbieter haben, rufen Sie die Community Recovery Hotline unter 1800 173 349 an.

Die National Disability Insurance Agency (NDIA) hat die Art und Weise geändert, wie Menschen mit Behinderungen und einem NDIS-Plan auf Unterstützung zugreifen können. Rufen Sie die NDIA unter 1800 800 110 an.

### Wo kann ich auf Unterstützung zugreifen?

Wenn Sie Hilfe benötigen, wenden Sie sich an:

- die Disability Information Helpline unter 1800 643 787
- Queensland Health unter 13 HEALTH (13 43 25 84)
- 000, wenn es sich um einen Notfall handelt
- TTY unter 133 677, wenn Sie eine Hör-, Seh- und / oder Sprachbehinderung haben.

- Rufen Sie im Notfall 000 an. Wenn Sie eine sensorische Behinderung haben, können Sie 000 über den National Relay Service anrufen. Details finden Sie auf der Website des Australian Government, Department of Infrastructure, Transport, Regional Development and Communications (<https://www.communications.gov.au/what-we-do/phone/services-people-disability/accesshub/national-relay-service/emergency-calls-000>).

## Informationen für Betreuer

**Kann ich das Haus verlassen, um jemanden zu betreuen?**

Betreuer, Hilfskräfte und Freiwillige leisten wichtige Dienste und können weiterhin Pflege leisten. Wenn Sie informelle Unterstützung leisten, können Sie dies weiterhin tun, solange Sie die Richtlinien für soziale Distanzierung befolgen, wo immer dies möglich ist.

**Was mache ich, wenn ich mich krank fühle?**

Wenn Sie eine bezahlte Hilfskraft sind, dürfen Sie keine Pflege leisten und müssen Ihren Arbeitgeber benachrichtigen, wenn:

- Sie in den letzten 14 Tagen von Übersee zurückgekehrt sind
- Sie mit einer Person in Kontakt waren, die COVID-19 hat
- Sie Fieber, Husten, Atemnot, Halsschmerzen, eine laufende oder verstopfte Nase haben
- Sie als anfällig für schwerwiegendere Konsequenzen durch COVID-19 angesehen werden (Personen ab 70 Jahren, Personen ab 65 Jahren mit einer bestehenden Krankheit oder Aborigines oder Bewohner der Torres-Strait-Inseln ab 50 Jahren).

Leisten Sie keine Pflege oder Betreuung für einen Freund oder ein Familienmitglied, wenn Sie krank sind.

Wenn Sie eine Person mit Behinderung informell unterstützen und krank sind, rufen Sie die Community Recovery Hotline 1800 173 349 an, um Hilfe zu erhalten.

**Wie kann ich in Infektionskontrolle geschult werden?**

Betreuer und Hilfskräfte können auf eine kostenlose Online-Schulung zur Infektionskontrolle für COVID-19 zugreifen, um das Infektionsrisiko für Sie, Ihren Kunden oder Ihre Angehörigen zu verringern. Diese Schulung ist auf der Website des Australian Government Department of Health verfügbar.

**Welche Schritte kann ich unternehmen, um sicherzustellen, dass ein Gruppenheim sicher ist?**

Die Website des Queenslanders with Disability Network oder QDN enthält Informationen und eine Planungsvorlage, mit der Betreuer Personen mit Behinderungen bei der Planung helfen können, über einen längeren Zeitraum zu Hause zu bleiben, oder wenn jemand, der sie unterstützt, an COVID-19 erkrankt.