



Glinzendorf, 22. Jänner 2020

Betreff: Corona-Impfungen

Sehr geehrte Glinzendorferinnen und Glinzendorfer!

Seit März des vergangenen Jahres hat uns die Corona-Pandemie fest im Griff. Viele Schritte wurden zur Bewältigung dieser größten Gesundheitskrise gesetzt.

Mit der Durchführung der beiden Massentests konnten wir auf breiter Ebene eine wichtige Maßnahme zur Eindämmung des COVID-19-Virus setzen.

Es wird in Zukunft auch die Möglichkeit geboten werden, sich kostenlos an mehreren Teststandorten in jedem NÖ Bezirk an zwei Tagen der Woche auf das Virus testen zu lassen. Informationen dazu finden Sie ab 25. Jänner 2021 auf www.testung.at

Zurzeit befinden wir uns am Beginn einer entscheidenden Phase zur Bekämpfung der Pandemie. Die Impfung gegen dieses Virus stellt für jeden einzelnen Mitbürger eine große Chance auf mehr Normalität, aber vor allem auf Gesundheit und Sicherheit dar.

Grundlage für die Verimpfung des Impfstoffes an die einzelnen Personengruppen ist der **nationale Impfplan**, der von namhaften Wissenschaftlern und Experten erstellt wurde.

Das Impfen erfolgt nach genau diesem Impfplan vor allem aber entsprechend der VERFÜGBARKEIT DES IMPFSTOFFES!

In den letzten Tagen und Wochen konnten in der **Phase 1** bereits landesweit alle Bewohnerinnen und Bewohner der Landespflege- und Betreuungszentren sowie der privaten Pflegeeinrichtungen geimpft werden. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Landeskliniken wurden und werden je nach Risiko ebenfalls bereits geimpft. Als nächste Personengruppe wird dieser Impfstoff an die Ärztinnen und Ärzte im niedergelassenen Bereich verimpft.

Danach geht es weiter in der **Phase 1**, wobei unsere Mitbürgerinnen und Mitbürger ab dem 80. Lebensjahr die Möglichkeit zur Anmeldung zur Impfung erhalten. Im Rahmen dieses Anmeldeprozesses werden die für eine Reihung notwendigen Daten von den impfwilligen Personen abgefragt. **Erst danach erfolgt die definitive Zuweisung eines**

Impftermins, der nach der Verfügbarkeit des Impfstoffes vergeben wird. Die Impfung erfolgt über die Hausärztinnen- und Ärzte im niedergelassenen Bereich sowie in Impfstellen.

Ebenfalls in dieser Phase werden Personen mit Vorerkrankungen geimpft werden.

Phase 2 und 3: Ab dem 2. Quartal werden weitere Gruppen wie zum Beispiel Beschäftigte in der kritischen Infrastruktur und die allgemeine Bevölkerung die Möglichkeit zur Anmeldung erhalten.

Wichtig für alle, die an einer Impfung interessiert sind, **bitte um Vorregistrierung unter:**
www.impfung.at/vorregistrierung

Durch die Registrierung wird, sobald die jeweilige Personengruppe an der Reihe ist, zeitgerecht eine entsprechende Information via E-Mail oder SMS übermittelt, ab welchem Zeitpunkt und in welcher Impfstelle geimpft wird. Dann kann man sich auch konkret zu einem Termin anmelden. Bei Bedarf ist Ihnen Ihre Gemeinde bei der Registrierung und später bei der Anmeldung gerne behilflich.

Alle Informationen zur Impfung in Niederösterreich finden Sie bereits online unter:
www.Impfung.at

Für alle GlinzendorferInnen, die über keinen Internetzugang verfügen, besteht die Möglichkeit sich telefonisch mit Hilfe der Gemeinde Glinzendorf (02248/2585) für die Corona-Schutzimpfung vorzuregistrieren.



Mit freundlichen Grüßen,

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Andreas Horvath'.

Bürgermeister

Niederösterreich impft – Kurzinfo



Eine Schutzimpfung gegen das Coronavirus ist der beste Weg, um einen schweren Krankheitsverlauf zu vermeiden. Darum ist es wichtig, sich durch eine Impfung zu schützen.

Die Corona-Schutzimpfung ist freiwillig und kostenlos.

Produktionsbedingt steht in Europa, in Österreich und somit auch in unserem Bundesland der Impfstoff zunächst nur begrenzt zur Verfügung. Es kann derzeit noch nicht jeder geimpft werden, daher ist es notwendig eine Reihung vorzunehmen. Jede verfügbare Dosis wird sofort abgerufen und verabreicht. Zuerst werden jene Menschen geimpft, die am meisten gefährdet sind!

Die Impfstrategie ist bundesweit einheitlich und läuft in Phasen ab. Der Großteil der Bevölkerung wird im zweiten Quartal geimpft werden können.



Wo werden die Impfungen stattfinden?

Die Impfungen werden bei den niedergelassenen Ärzten, als auch in dafür eingerichteten Impfstellen und Impfstraßen durchgeführt werden.

Kann man sich jetzt schon für eine Impfung registrieren?

Ja, Sie können sich bereits vorregistrieren unter www.impfung.at/vorregistrierung

Durch Ihre Registrierung bekommen Sie, **sobald Sie an der Reihe sind**, zeitgerecht entsprechende Informationen via Email oder SMS, ab welchem Zeitpunkt und in welcher Impfstelle Sie geimpft werden können. Dann können Sie sich auch konkret zu einem Termin anmelden.

Bei Bedarf ist Ihre Gemeinde bei der Registrierung und später bei der Anmeldung gerne behilflich.

Wo bekomme ich weitere Informationen zur Impfung?

Alle Informationen zur Impfung in Niederösterreich finden Sie online unter www.impfung.at

Unter der Hotline 0800-555-621 können rund um die Uhr Fragen zur Wirksamkeit und Sicherheit der Impfstoffe gestellt werden.

"QUARANTÄNE" ZU HAUSE: WAS TUN?

Einige Tipps was in diesen Tagen zu beachten ist.

Derzeit erleben wir mit häuslicher Isolation und Quarantäne in Folge des Corona-Virus eine Ausnahmesituation, die in dieser Form eine neue und für viele eine höchst unangenehme Erfahrung ist.

Abstand vom gewohnten Umfeld, eingeschränkte soziale Kontakte, verändertes Alltagsleben, der Verlust von Freiheit aber auch zunehmende Langeweile können durchaus schwerwiegende Auswirkungen auf jeden von uns haben.

Ist man zu Beginn noch beschäftigt, den bisherigen Alltag umzustellen, sich eine neue Routine zurecht zu legen

und Vorräte aufzufüllen, können sich nach einiger Zeit verstärkt negative Gefühle wie zum Beispiel **Unruhe, verminderter Antrieb, erhöhte Reizbarkeit, Schlaflosigkeit, Ärger, Angst vor der Zukunft, emotionale Erschöpfung** und andere mehr zeigen.

Anregungen zur Selbsthilfe können gerade in dieser Zeit wichtig sein, es gilt hier jedoch: jeder geht anders mit der Situation um und nicht alles passt für jeden.

Viel wichtiger ist es, eine Auswahl an Möglichkeiten zur Verfügung zu haben und im Bedarfsfall darauf zurückgreifen zu können.

Tagesstruktur mit Fixpunkten

Struktur hilft gegen Chaos!

z.B. fixe Essenszeiten, weiterhin Achten auf Kleidung und Körperpflege, Arbeits- und Lernzeiten etc.

Information in Maßen

Medien mit seriösen und klaren Fakten konsumieren. Nicht nur auf Negativmeldungen fokussieren sondern auch Positives im Auge behalten (z.B. Genesungen)

Denjenigen Hilfe anbieten, die sie derzeit verstärkt brauchen

Häufigere Telefonate mit Menschen aus Risikogruppen, praktische Dinge wie die Organisation eines Lebensmittel-Lieferdienstes usw.

Verbundenheit stärken

Die Kommunikation untereinander, wenn auch nicht persönlich möglich, sollte so gut wie möglich aufrecht erhalten bleiben (z.B. über Videotelefonie etc.) Gerade allein lebende Menschen sollten nicht vergessen werden!

Achtsam sein

Seien Sie achtsam gegenüber sich selbst und Ihrem Umfeld, vor allem Kinder orientieren sich am Verhalten ihrer Bezugspersonen.

Bedenke:

Der Großteil der Covid-19-Erkrankungen verläuft trotz der Vielzahl an Ansteckungen nicht schwer oder gar tödlich.

Was, wenn ich mich überfordert fühle?

Auf telefonische Unterstützung zurückgreifen.

In Niederösterreich stehen Ihnen für akute Krisen gerne das **AKUTteam (0800 144 244)** zur Verfügung etc.

Kinder altersgerecht in die Kommunikation miteinbeziehen

Gemeinsam die Alltagsstruktur (inkl. Medienkonsum) planen, dabei wenn möglich auch Auszeiten voneinander berücksichtigen. Kinder sollen nicht ungefiltert ein Zuviel an Informationen erhalten, die sie aufgrund ihres Alters und ihres Entwicklungsstandes noch nicht einordnen können, allerdings auch nicht komplett von der Diskussion zum Thema ausgeschlossen werden.

Bedenke:

Die Situation ist zeitbegrenzt und wird irgendwann vorbeigehen.

Bewegung

Ist hilfreich gegen Langeweile und Grübeln.

Wenn selbst ein kurzer Spaziergang nicht möglich ist, gibt es auch Trainingsprogramme über Videos für drinnen, die den Kopf wieder ein wenig „frei“ machen.

Auf eigene Stärken besinnen

Zeit für Dinge nutzen, für die sonst ohnehin wenig Zeit bleibt

Lebe im „Hier und Jetzt“