

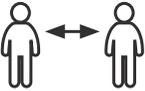
Coronavirus: Risiken minimieren

Diese einfachen Tipps helfen Ihnen dabei, Infektionen vorzubeugen und das Risiko einer Ansteckung mit Covid-19 zu minimieren.



1. Tipp: Handhygiene

Hände regelmäßig für mind. 30 Sekunden mit warmem Wasser und Seife waschen ODER desinfizieren. Achten Sie dabei auf die korrekte Handhygiene.



2. Tipp: Mindestabstand einhalten

Halten Sie mindestens 1 Meter Abstand zu anderen Personen.



3. Tipp: Mund-Nasen-Schutz tragen

Tragen Sie den Mund-Nasen-Schutz, wenn es gesetzlich vorgeschrieben ist (z. B. öffentliche Verkehrsmittel, Supermarkt) oder wenn unklar ist, ob der Mindestabstand von 1 Meter zu anderen Personen eingehalten werden kann.



4. Tipp: Husten- und Niesetikette

Niesen oder husten Sie in Ihre Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch. Entsorgen Sie das Papiertaschentuch nach einmaligem Gebrauch im Mülleimer. Greifen Sie sich nicht mit den Händen ins Gesicht (Augen, Mund, Nase).



5. Tipp: Regelmäßig lüften

Lüften Sie Ihre Räume (gilt auch für Büros und Besprechungsräume) regelmäßig. Empfohlen wird Stoßlüften für je 10 Minuten, mindestens 4x täglich.



6. Tipp: Nicht Händeschütteln

Verzichten Sie auf Händeschütteln und Umarmungen.



7. Tipp: Kontakte vermeiden

Vermeiden Sie Kontakt mit Menschen, die Grippe-Symptome zeigen. Wenn Sie sich krank fühlen, bleiben Sie bitte zu Hause.

Richtiger Umgang Mund-Nasen-Schutz



Mund und Nase mit dem Mund-Nasen-Schutz vollständig bedecken, farbige Seite außen (wenn vorhanden).



Bänder hinter den Ohren befestigen.



Während des Tragens Mund-Nasen-Schutz nicht mit den Händen berühren. Halten Sie zusätzlich einen Sicherheitsabstand von mindestens 1 Meter zu anderen Personen.



Mund-Nasen-Schutz an den Bändern an der Seite (von hinten nach vorne) vom Gesicht nehmen, Mund-Nasen-Schutz dabei nicht berühren.



Hände für mindestens 30 Sekunden mit warmem Wasser und Seife waschen ODER desinfizieren. Achten Sie dabei auf die korrekte Handhygiene.

