



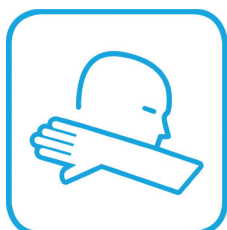
Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen

TIPPS ZUM SCHUTZ VOR GRIPPE-/CORONAINFEKTION



Halten Sie Abstand zu anderen

- Halten Sie bei Gesprächen etwa 1 bis 2 Meter Abstand zueinander.
- Verzichten Sie auf enge Körperkontakte oder das Händeschütteln. Lächeln oder nicken Sie sich stattdessen freundlich zu.
- Reduzieren Sie berufliche Meetings auf ein Minimum mit sehr begrenzter Teilnehmerzahl, angepasst an die Raumgröße.
- Im Krankheitsfall bleiben Sie bitte der Arbeit fern und informieren Ihren Vorgesetzten.
- Halten Sie sich wenn möglich in einem separaten Raum auf.
- Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



Niesen und Husten Sie rücksichtsvoll

- Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen Sie sich weg.
- Benutzen Sie ein Einwegtaschentuch und entsorgen Sie dieses unmittelbar nach der Benutzung in einen Mülleimer.
- Ist kein Taschentuch zur Hand, so halten Sie beim Niesen oder Husten die Armbeuge vor Mund und Nase.
- Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten waschen Sie bitte gründlich Ihre Hände mit Seife.



Waschen Sie sich regelmäßig Ihre Hände

- Das gilt vor allem nach dem Husten oder Niesen, wenn Sie Speisen zubereiten, nach dem Toilettenbesuch oder vor und nach dem Kontakt mit anderen Personen.
- Legen Sie Schmuck, z. B. Fingerringe, ab.
- Halten Sie Ihre Hände unter fließendes Wasser, bis sie komplett nass sind.
- Seifen Sie Ihre Handflächen, den Handrücken und auch den Bereich zwischen den Fingern sorgfältig für 20 bis 30 Sekunden ein.
- Spülen Sie Ihre Hände gründlich ab.
- Trocknen Sie Ihre Hände sorgfältig mit einem sauberen Handtuch ab.



Desinfizieren Sie Ihre Hände, wenn Händewaschen nicht möglich ist

- Sollten Sie aufgrund Ihrer Tätigkeit einem erhöhten Infektionsrisiko ausgesetzt sein und sich nicht (häufig) die Hände waschen können, so desinfizieren Sie Ihre Hände regelmäßig.
- Entnehmen Sie dem Desinfektionsmittelspender das Desinfektionsmittel mittels bedecktem Ellenbogen (etwa 2-3 Spritzer in die hohle Handfläche).
- Benetzen Sie Ihre Hände vollständig, reiben Sie das Mittel sorgfältig wie beim Händewaschen in die Hände ein und lassen Sie es ca. 30 Sekunden einwirken.