

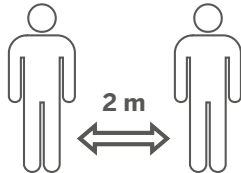


# Vor Ansteckung schützen – gesund bleiben.

## Wichtige Schutzmaßnahmen.

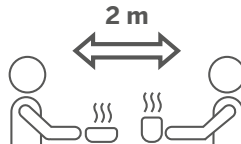
### Abstand halten

- 2 Meter Abstand halten, auch in Unterkünften
- Bei Transporten zum Arbeitsplatz
- Verzichten Sie auf Körperkontakt (z. B. kein Händeschütteln, keine Umarmungen)
- Nur in festen Arbeitsteams arbeiten
- Vermeiden Sie unnötige Außenkontakte



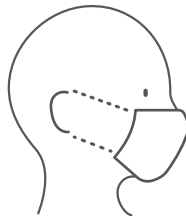
### Abstand halten, auch während der Pausenzeit

- 2 Meter zu anderen Personen
- Geschirr (z. B. Teller, Gläser, Besteck) nicht gemeinsam benutzen
- Küchengegenstände gründlich mit warmem Wasser und Geschirrspülmittel reinigen oder die Spülmaschine benutzen



### Mund-Nasen-Schutz tragen

- Gilt für fast alle Arbeitsplätze (Ladengeschäfte und Einkaufszentren, Wochenmärkte, Arztpraxen und ähnliche Einrichtungen)
- Bei Handwerks- und Dienstleistungen, wenn ein Abstand von 1,5 Meter nicht eingehalten werden kann
- Bei der gemeinsamen Beförderung in Verkehrsmitteln



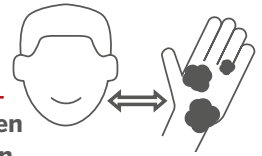
### Hände regelmäßig und gründlich waschen

- Mindestens 20 Sekunden die Hände gründlich einseifen und unter fließendem Wasser abwaschen



### Nicht mit den Händen ins Gesicht fassen

- Nicht mit ungewaschenen Händen Mund, Nase oder Augen berühren



### Richtig husten und niesen

- Husten oder niesen Sie in Ihre Armbeuge oder benutzen Sie ein Papiertaschentuch und entsorgen dieses sofort im Müll
- Halten Sie beim Husten oder Niesen Abstand zu anderen, drehen Sie sich am besten weg
- Waschen Sie sich danach die Hände



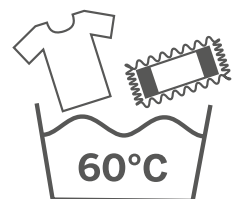
### Erkrankung melden

- Wenn Sie sich krank fühlen, melden Sie sich bei Ihrem Vorgesetzten
- Kommen Sie erst wieder zur Arbeit, wenn Sie gesund sind



### Arbeitsplätze, Unterkünfte, Arbeitskleidung sauber halten

- Reinigen Sie regelmäßig Ihr Werkzeug und Ihren Arbeitsplatz
- Halten Sie Ihren Arbeitsplatz aufgeräumt und entsorgen Sie Abfälle sofort
- Waschen Sie regelmäßig Ihre (Arbeits-)Kleidung, Putztücher, Handtücher und ggf. Bettwäsche bei mindestens 60° C
- Unterkünfte müssen täglich gereinigt werden



### Regelmäßig lüften

- Öffnen Sie in geschlossenen Räumen mehrmals täglich für einige Minuten die Fenster

