

Hygiene- und Infektionsschutzkonzept der Hochschule Schmalkalden

Rahmen-Hygieneplan

Stand: 07. Oktober 2022

Inhaltsverzeichnis

1. Allgemeines

- 1.1 Belehrungen über Regelungen der Kreise und Kreisfreien Städte, Verordnungen des Freistaates Thüringen sowie Verordnungen am Wohn- und Aufenthaltsort der Hochschulmitglieder und -angehörigen
- 1.2 Reinigungs- und Desinfektionsregime
- 1.3 Versorgung bzw. Bereitstellung von Produkten für die Händehygiene und/oder Mund-Nasen-Bedeckung und/oder Testmöglichkeiten
- 1.4 Hygieneregeln
- 1.5 Homeoffice
- 1.6 Dienstreisen

2. Hygienemaßnahmen

- 2.1 Maßnahmen bei Symptomen
- 2.2 Händewaschen
- 2.3 Physical Distancing
- 2.4 Handschuhe (Einweghandschuhe)
- 2.5 Mund-Nasen-Bedeckung, Testmöglichkeiten
- 2.6 Lüften
- 2.7 Hygiene am Arbeitsplatz
- 2.8 Hygiene beim Husten und Niesen

Im vorliegenden Dokument gelten Status- und Funktionsbezeichnungen jeweils in männlicher und weiblicher Form. Eine sprachliche Differenzierung wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit nicht vorgenommen.

1. Allgemeines

Die nachfolgenden Ausführungen und Hinweise bilden einen Teil des Hygiene- und Infektionsschutzkonzept der Hochschule Schmalkalden im Sinne der Thüringer Verordnung zur Regelung infektionsschutzrechtlicher Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus SARS-CoV-2 in der jeweils aktuellen Fassung. Das Konzept ersetzt nicht bereits bestehende spezielle gesetzlich vorgeschriebene Anforderungen wie insbesondere die Technischen Regel für Gefahrstoffe (401- Gefährdung durch Hautkontakt (Feuchtarbeiten); 406 — Sensibilisierende Stoffe für die Atemwege)), es ergänzt weiterbestehende arbeitsschutzrechtliche Gefährdungsbeurteilungen zum Umgang mit der Corona Pandemie.

1.1. Belehrungen über Regelungen der Kreise und Kreisfreien Städte, Verordnungen des Freistaates Thüringen sowie Verordnungen am Wohn- und Aufenthaltsort der Hochschulmitglieder und –angehörigen

Die Mitglieder und Angehörigen der Hochschule sind verpflichtet, die Allgemeinverfügungen des Landkreises Schmalkalden-Meiningen, Gesetze und Verordnungen des Bundes wie des Freistaates Thüringen zur Kenntnis zu nehmen und zu beachten. Sie sind verpflichtet, bei Aufenthalt in anderen Kreisen bzw. kreisfreien Städten bzw. Bundesländern oder im Ausland die dort jeweils geltenden Verfügungen, Verordnungen und weitere rechtliche Bestimmungen ebenso einzuhalten. Die Mitglieder und Angehörigen der Hochschule sind verpflichtet, sich regelmäßig und selbstständig über die jeweiligen Regelungen zu informieren. Eine gesonderte Information durch die Hochschule erfolgt im Regelfall nicht. Die Nutzung spezieller Apps offizieller Stellen für Smartphones, wie bspw. "NINA" wird daher empfohlen. Die Verantwortung für durch ein Nicht-Beachten der Informationspflichten bzw. für eine Nichtbeachtung entsprechender behördlicher Maßgaben erwachsenden Konsequenzen, hat das jeweilige Hochschulmitglied bzw. der jeweilige Hochschulangehörige zu tragen.

1.2. Reinigungs- und Desinfektionsregime

Die Liegenschaften der Hochschule werden gemäß den Festlegungen des Krisenstabs zugänglich gemacht. Der Zugang kann durch den Krisenstab eingeschränkt werden. Entsprechende Hinweise an den Zugängen sind von allen Hochschulmitgliedern und Angehörigen unbedingt zu beachten. Stark frequentierte Flächen und Räume (wie Toiletten und Flure) werden in kürzeren Intervallen gereinigt. Die Notwendigkeit zu evtl. darüberhinausgehender Flächendesinfektion ergibt sich ggf. aus einer Gefährdungsbeurteilung.

1.3. Versorgung bzw. Bereitstellung von Produkten für die Händehygiene und/oder Mund-Nasen-Bedeckung und/oder Testmöglichkeiten

Den Bediensteten der Hochschule werden bei Bedarf mindestens medizinische Mund-Nasen-Bedeckungen zur Verfügung gestellt. Der Bedarf ergibt sich aus einer Gefährdungsbeurteilung oder rechtlichen Vorgaben. Die Möglichkeit der Händehygiene ist in allen

Gebäuden der Hochschule gegeben. Händedesinfektion ist überall dort möglich, wo sie gesetzlich vorgeschrieben ist bzw. wo sie sich aus einer Gefährdungsbeurteilung ergibt. Unabhängig vom und zusätzlich zum gesetzlich vorgeschriebenen Bedarf, stellt die Hochschule nach Möglichkeit und Verfügbarkeit weitere ergänzende Desinfektionsmittelspender insbes. an Hauseingängen zur Verfügung. Gleiches gilt für die Bereitstellung mindestens medizinischer Mund-Nase-Bedeckungen für Mitglieder und Angehörige der Hochschule, die nicht Bedienstete sind. Die Regelungen für Mund-Nasen-Bedeckungen gelten sinngemäß auch für Testmöglichkeiten auf das Vorliegen einer Infektion mit dem SARS-CoV-2-Virus, insbesondere für das Angebot von Selbsttestmöglichkeiten zur Eigenanwendung durch medizinische Laien.

1.4. Hygieneregeln

Zur Vorbeugung gegen eine Infektion mit dem Coronavirus oder anderen Infektionserkrankungen, werden alle Mitglieder und Angehörige der Hochschule ausdrücklich auf die allgemeinen Hygieneregeln (Anlage) hingewiesen. Besonders wichtig sind regelmäßiges richtiges Händewaschen, Hygiene beim Husten und Niesen sowie die Einhaltung eines ausreichenden Abstandes zu anderen Personen. Zusätzlich werden regelmäßiges Lüften sowie die Nutzung der „Corona-Warn-App“ des Robert-Koch-Instituts empfohlen.

1.5. Homeoffice

Die Nutzung der Möglichkeiten von „Home-Office“ richtet sich grundsätzlich nach den allgemein gültigen Regelungen, insbesondere auch nach der Rahmendienstvereinbarung „Alternierende Telearbeit“ oder diese ergänzenden hochschulspezifischen Dienstvereinbarungen. Besondere Regelungen eines darüberhinausgehenden pandemiebedingten „Home-Office“ können durch den Krisenstab in Umsetzung der Regelungen des Pandemieplans je nach Entwicklung der Pandemielage in Abstimmung mit dem Personalrat vereinbart bzw. angeordnet werden. Die individuelle Gewährung von pandemiebedingtem „Home-Office“, aufgrund von Isolations- oder vergleichbaren Verpflichtungen aufgrund von privaten Reisen in oder durch Gebiete, die gem. Ziff. 1.6 nicht als Dienstreise genehmigungsfähig wären oder bei denen die Dienstreisegenehmigung widerrufen würde, ist ausgeschlossen.

1.6. Dienstreisen

Bei Dienstreisen ist weiterhin die Notwendigkeit auch unter Berücksichtigung der Verlagerung in den virtuellen Raum (Videokonferenz, Telefon etc.) besonders zu prüfen. Im Fall einer notwendigen Dienstreise sind aus der allgemeinen Gefährdungsbeurteilung der HSM erwachsende spezifische Hygieneregeln hinsichtlich der Verkehrsmittel zu beachten. Stornierbare Buchungen von Reisemitteln sind grundsätzlich vorzuziehen, nach Möglichkeit sollten auch Teilnehmerbeiträge für Kongresse etc. stornierbar sein. Falls dies nicht möglich ist, sind kurzfristige Buchungen zu bevorzugen. Weitere Details zum Umgang mit Dienstreisen werden in Abhängigkeit der Pandemielage im Krisenstab beraten und durch die jeweiligen Dienstvorgesetzten festgelegt.

Reisen in oder durch Gebiete, die gem. RKI-Definition den Status eines Virusvariantengebiets (nachfolgend: Risikogebiet) aufweisen, sind dabei stets ausgeschlossen. Derartigen Gebieten gleichgestellt sind solche Gebiete innerhalb Deutschlands, für die Regelungen des

Freistaats Thüringen oder des Landkreises Schmalkalden-Meiningen die Durchführung der Dienstreise erschwerende Maßnahmen, insbesondere auch Isolations- oder Quarantänevorschriften, nach Reiserückkehr vorsehen. Ebenso ausgeschlossen sind Reisen in Staaten, die Deutschland als „Risikogebiet“ betrachten oder die entsprechende Isolations- bzw. Reisebeschränkungen erlassen haben. Evtl. erteilte Dienstreisegenehmigungen gelten hiermit als widerrufen, sobald ein Reiseziel als Risikogebiet deklariert wird oder sobald eine Reise durch ein als Risikogebiet deklariertes Gebiet führt bzw. sobald Deutschland als Risikogebiet durch das jeweilige Ziel- oder Transitland der Reise deklariert würde oder entsprechende, die Dienstreise erschwerende oder verhindernde, Maßnahmen zur Anwendung kämen.

Jeder Bedienstete ist verpflichtet, sich unmittelbar vor Reiseantritt davon zu überzeugen, dass die Reise nicht in oder durch ein Risikogebiet führt bzw. ein vergleichbarer Status durch das Ziel- oder Transitland erlassen worden wäre. Im Zweifelsfall ist vor Antritt der Reise mit dem Personalreferat Rücksprache zu halten. Eventuelle Konsequenzen aus der Nichtbeachtung vorstehender Maßgaben hat der jeweilige Bedienstete zu tragen.

2. Hygienemaßnahmen

2.1 Maßnahmen bei Symptomen

Mitglieder und Angehörige der Hochschule sowie Dritte mit erkennbaren Symptomen einer COVID-19-Erkrankung, insbesondere akuter Verlust des Geschmacks- oder Geruchssinns, Atemnot oder Fieber im Zusammenhang mit neu aufgetretenem Husten, dürfen die Liegenschaften der Hochschule nicht betreten. Beschäftigte zeigen dies bitte im Dezernat 3 Personal und Recht an.

2.2 Händewaschen

Die Hochschule folgt den Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zur Händehygiene. Regelmäßiges gründliches Händewaschen — mindestens 20 Sekunden lang mit reichlich Seife — vor Dienstbeginn, -ende, nach jedem Toilettengang und bei Verunreinigung sowie vor und nach der Benutzung von Handschuhen ist unerlässlich.

Die Seifenspender in den Gebäuden der Hochschule werden regelmäßig kontrolliert und bei Bedarf aufgefüllt. Sollten die Spender dennoch einmal leer sein, können Beschäftigte sich an den jeweiligen Hausmeister wenden.

Wann sind die Hände mindestens zu waschen?

- nach Betreten des Gebäudes bzw. beim Ankommen am Arbeitsplatz
- nach dem Besuch der Toilette
- nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- dem Kontakt mit Abfällen
- vor den Mahlzeiten bzw. vor und nach der Zubereitung von Speisen (z. B. in der Pause)
- vor dem Hantieren mit Medikamenten oder Kosmetika (z. B. Cremes, Lippenpflege etc.)

- vor und nach dem Körperkontakt mit Kolleginnen und Kollegen, falls dieser nicht vermeidbar ist

Wie wasche ich richtig?

- Die Hände unter fließendes Wasser halten. Die Wassertemperatur hat keinen Einfluss auf die Reduktion von Krankheitserregern.
- Die Hände gründlich für circa 20 bis 30 Sekunden einseifen (Handinnenflächen, Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume, Daumen, Fingernägel). Wenn möglich, Flüssigseifen in ausreichender Menge nutzen.
- Hände unter fließendem Wasser abspülen. Zum Schließen des Wasserhahns ein Einweghandtuch oder den Ellenbogen benutzen.
- Hände sorgfältig und idealerweise mit Einmalhandtüchern abtrocknen dabei die Fingerzwischenräume nicht vergessen!

2.3 Physical Distancing

Ein Sicherheitsabstand von mindestens 1,50 m zu anderen Menschen ist wo immer möglich und zumutbar einzuhalten. Weiter gilt:

- Vermeidung jeglichen Körperkontakts
- Verzicht auf Händeschütteln sowie Umarmungen bei Begrüßungen oder Verabschiedungen
- kein direktes Ansprechen des Gegenübers, sondern „aneinander vorbeireden“. Wenn dies nicht möglich sein sollte, sollen nach jedem Körperkontakt die Hände gewaschen werden, insbesondere sollte vermieden werden, mit ungewaschenen Händen Augen, Nase oder Mund zu berühren!
- Meetings möglichst telefonisch oder über Videokonferenzen durchführen. Sollte dies nicht möglich sein, sind Treffen innerhalb von Gebäuden nur in gut belüfteten Räumen möglich. Treffen möglichst kurzhalten (der Faktor Zeit hat bei der Vermeidung einer Ansteckung hohe Relevanz) und auf den nötigen Sicherheitsabstand achten. Treffen sollten nur in kleinen Gruppen stattfinden).
- Falls möglich, in getrennten Büros arbeiten oder Arbeitsplätze nutzen, die sich möglichst weit voneinander entfernt befinden.
- Sofern der Mindestabstand nicht sicher eingehalten werden kann ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.

2.4 Handschuhe (Einweghandschuhe)

Handschuhe werden beim Umgang mit Geld, Akten oder beim Naseputzen verunreinigt (kontaminiert) und sind bei Kontamination zu wechseln. Vor und nach der Benutzung von Handschuhen sind die Hände gründlich zu waschen. Vor dem Anziehen der Handschuhe, müssen die Hände unbedingt trocken sein und die Handschuhe sind auch nur einmal zu verwenden. Die Notwendigkeit des Tragens von Handschuhen ergibt sich aus einer Gefährdungsbeurteilung. Bei Verwendung von medizinischen Einmalhandschuhen sollte dies nur für kurze Dauer sein und wenn unbedingt notwendig. Die Tragzeit sollte zusammengerechnet nicht mehr als 2 Stunden am Tag betragen. Geht die Tragzeit darüber hinaus, können Schäden an der Haut auftreten. Eine geschädigte Haut lässt sich schlechter reinigen und bietet Keimen einen guten Nährboden.

2.5 Mund-Nasen-Bedeckung, Testmöglichkeiten, „3G-Prinzip“

Die Anforderungen an die Qualität einer Mund-Nase-Bedeckung ergibt sich aus der geltenden Verordnungslage oder einer aus einer Gefährdungsbeurteilung resultierenden Festlegung. Medizinische Mund-Nase-Bedeckungen (sog. „OP-Masken“) müssen min. die Anforderungen EN 14683:2019-10 erfüllen. Die Anforderungen u.a. an FFP2-Masken ergeben sich aus den einschlägigen Verordnungen, sie müssen u.a. nach DIN EN 149:2001+A1:2009 oder vergleichbar zertifiziert sein. Von der Hochschule im Rahmen der Ziff. 1.3 zur Verfügung gestellte Mund-Nase-Bedeckungen bzw. FFP2-Masken erfüllen die geltenden Anforderungen. Mund-Nasen-Bedeckung ist für alle Mitglieder und Angehörige der Hochschule sowie für Dritte grundsätzlich empfohlen. Verpflichtend ist es für den vorgenannten Personenkreis bei nicht sicherer Einhaltung der Abstandsregelungen und gleichzeitig nicht ausreichenden technischen und organisatorischen Maßnahmen. Insbesondere ist von nicht ausreichenden technischen und organisatorischen Maßnahmen auszugehen, wenn keine technische Belüftung vorhanden ist und es gleichzeitig nicht möglich ist, das manuelle Lüftungsregime einzuhalten. Auf die weiteren Erläuterungen des jeweiligen Fact-Sheets der Hochschule wird verwiesen.

Sofern die Art der Tätigkeit die Verwendung einer Mund-Nase-Bedeckung nicht zulässt ist dies in jedem Fall im Rahmen einer speziellen Gefährdungsbeurteilung unter Einbezug der Arbeitssicherheit und der Betriebsärzte festzustellen. Die Verantwortung für die Erstellung dieser speziellen Gefährdungsbeurteilung sowie für die Umsetzung daraus **folgender ebenso wirksamer** Maßnahmen obliegt je nach Art der Tätigkeit dem/der jeweiligen Leiter/in der Einrichtung bzw. dem Dozierenden bzw. dem Laborleiter

Das Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung ist jedoch keine Kompensationsmaßnahme für eine dauerhafte Unterschreitung des Mindestabstands (falsches Sicherheitsgefühl)!

Folgende Regeln sind zu beachten:

- Beim Anziehen einer Mund-Nasen-Bedeckung ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht kontaminiert wird. Die Hände sollten vorher gründlich mit Wasser und Seife gewaschen werden.
- Die Mund-Nasen-Bedeckung muss richtig über Mund, Nase und Wangen platziert sein (Nase und Mund vollständig bedecken) und an den Rändern möglichst eng anliegen, um das Entweichen von Luft an den Seiten zu minimieren.
- Bei der ersten Verwendung sollte getestet werden, ob die Mund-Nasen-Bedeckung genügend Luft durchlässt, um das normale Atmen möglichst wenig zu behindern.
- Eine durchfeuchtete Mund-Nasen-Bedeckung sollte umgehend abgenommen und ggf. ausgetauscht werden.
- Die Außenseite der gebrauchten Mund-Nasen-Bedeckung ist potentiell erregerrhaltig. Um eine Kontaminierung der Hände zu verhindern, sollte diese möglichst nicht berührt werden.
- Nach Absetzen der Mund-Nasen-Bedeckung sollten die Hände unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln gründlich gewaschen werden (mindestens 20-30 Sekunden mit Seife).
- Die Mund-Nasen-Bedeckung sollte nach dem Abnehmen in einem Beutel o. ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt oder sofort gewaschen werden. Die Aufbewahrung sollte nur über eine möglichst kurze Zeit erfolgen, um vor allem Schimmelbildung zu vermeiden.
- Sofern vorhanden, sollten unbedingt alle Herstellerhinweise beachtet werden.

Hinweise zum korrekten Anlegen einer Maske siehe Anlage.

Für die Anwendung von durch das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) zugelassene sog. Selbsttests zur Eigenanwendung durch medizinische Laien gelten die Herstellervorgaben. Eine Liste der zugelassenen Selbsttests zur Eigenanwendung findet sich auf der Homepage des BfArM. Positiv getestete Personen haben der Hochschule fernzubleiben bzw. diese unverzüglich zu verlassen.. Bedienstete melden dies ebenso an das Dezernat 3 – Personal und Recht.

Testungen ergänzen die Hygiene- und Infektionsschutzmaßnahmen der Hochschule, sie sind keine Kompensationsmaßnahme für deren Nicht-Einhaltung (falsches Sicherheitsgefühl).

Weitergehende rechtliche Anforderungen, insbesondere die konkrete Umsetzung eines rechtlich vorgeschriebenen „3G-Prinzips“ oder eines „2G-Prinzips“ werden im Rahmen separat erlassener Anweisungen der Hochschulleitung umgesetzt. Diese Anweisungen werden lageabhängig erlassen, sie werden Bestandteil des Rahmenhygieneplans.

2.6 Lüften

Die Räume sind in Abhängigkeit der Nutzung regelmäßig zu lüften. Auf gute Belüftung ist grundsätzlich zu achten. Näheres ergibt sich aus einer nutzungs- und raumspezifischen Gefährdungsbeurteilung.

2.7 Hygiene am Arbeitsplatz

- Bei unumgänglicher Nutzung gemeinschaftlich genutzter Objekte/Geräte (z. B. Mikroskop, Tastaturen, Maus, etc.): Reinigung der Hände vorab und danach. Vor und nach Benutzung sind die Objekte bzw. die Geräte, wenn möglich mit einem Desinfektionstuch abzuwischen.
- In Laboren: Mindestabstandeinhalten — weiterhin auf die Arbeitssicherheit achten und die vorgegebene Mindestanzahl an Mitarbeitern in Laboren mit Gefahrstoffen einhalten.
- Persönliche Utensilien, insbesondere Essgeschirr, Besteck u. ä., sollen nicht mit anderen geteilt werden.
- Teeküchen sollten nur dann zu gemeinsamen Pausen und der gemeinsamen Einnahme von Mahlzeiten/Getränken genutzt werden, wenn der Mindestabstand eingehalten werden kann. Andernfalls sollten sie lediglich zur Zubereitung von Speisen und Getränken aufgesucht werden.
- Auf Sauberkeit an gemeinsam genutzten Orten, z. B. in Teeküchen achten. Zum Putzen und Abwaschen sind idealerweise Einwegputzlappen zu nutzen. Regelmäßige Reinigung bzw. Desinfektion von Orten, die von vielen Personen genutzt werden, wie Türgriffe, Tasten in Fahrstühlen u. ä., und Betätigung dieser nach Möglichkeit mit dem Unterarm oder Ellenbogen.

2.8 Hygiene beim Husten und Niesen

Wie schützt man Mitmenschen vor einer Ansteckung?

- Husten oder Niesen möglichst weit von anderen Personen entfernen und wegdrehen.
- Nutzung von Einwegtaschentüchern. Dies nur einmal nutzen und anschließend entsorgen und Händewaschen
- Ist kein Taschentuch griffbereit, Husten oder Niesen in die Armbeuge, nicht in die Hand!

3. In-Kraft-Treten

Erstellt durch den Krisenstab der Hochschule Schmalkalden unter Beteiligung der Fachkraft für Arbeitssicherheit, der Betriebsärztin und des Personalrats als ASA i.S.d. Erlasses des BMAS v. 16.04.2020. Beschlossen am 04.05.2020 mittels Umlaufbeschluss. Aktualisiert mittels Umlaufbeschluss am 18.05.2021. Erneut aktualisiert mittels Umlaufbeschluss am 30.09.2021, erneut aktualisiert mittels Umlaufbeschluss am 01.04.2022, erneut aktualisiert mittels Umlaufbeschluss am 01.06.2022, erneut aktualisiert mittels Umlaufbeschluss am 07.10.2022.

Inkl. der Anlagen mit sofortiger Wirkung für verbindlich erklärt:

Schmalkalden, 07.10.2022

Prof. Dr. Gundolf Baier
Präsident

Dr. Wolfgang Ramsteck
Kanzler

Hygieneregeln der Hochschule Schmalkalden als Anlage zum Rahmen-Hygieneplan

Ansteckung vermeiden

Was muss ich beachten, um mich und meine Mitmenschen vor einer Infektion zu schützen?

- Halten Sie immer mindestens 1,5 m Abstand zu anderen Personen.
- Wir empfehlen das Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung.
- Kein direktes Ansprechen des Gegenübers, sondern „aneinander vorbeireden“.
- Vermeiden Sie jeglichen Körperkontakt, z. B. Händeschütteln zur Begrüßung oder beim Übergeben von Dokumenten.
- Wenn dies nicht möglich sein sollte, waschen Sie sich nach jedem Körperkontakt die Hände. Insbesondere sollte vermieden werden, mit ungewaschenen Händen Augen, Nase oder Mund zu berühren!
- Führen Sie Meetings möglichst telefonisch oder über Videokonferenzen durch. Sollte dies nicht möglich sein, treffen Sie sich in gut belüfteten Räumen, halten Sie die Treffen möglichst kurz und achten Sie auch hier auf den nötigen Sicherheitsabstand. Lassen Sie immer einen Platz frei. Treffen sollten nur in kleinen Gruppen stattfinden.
- Falls möglich, arbeiten Sie in getrennten Büros oder nutzen Sie Arbeitsplätze, die sich möglichst weit voneinander entfernt befinden.
- Lüften Sie mehrmals täglich sowohl Büros als auch Lehrveranstaltungsräume gemäß der vorgegebenen Lüftungsregeln. Bei Nutzung gemeinschaftlich genutzter Objekte/Geräte (z. B. Mikroskop, Tastaturen, Maus, etc.): Reinigen Sie vorab und anschließend gründlich Ihre Hände. Und vor und nach Benutzung wischen Sie die Objekte / die Geräte, wenn möglich mit einem Desinfektionstuch ab.
- In Laboren: Halten Sie auch hier ausreichend Abstand - und achten Sie aber weiterhin auf die Arbeitssicherheit und die vorgegebene Mindestanzahl an Mitarbeitern in Laboren mit Gefahrstoffen.
- Persönliche Utensilien, insbesondere Essgeschirr, Besteck u. ä., sollten nicht mit anderen geteilt werden.
- Achten Sie bei der gemeinsamen Einnahme von Mahlzeiten auf den Mindestabstand.
- Achten Sie auf Sauberkeit an gemeinsam genutzten Orten, z. B. in Teeküchen. Nutzen Sie zum Putzen und Abwaschen idealerweise Einwegputzlappen. Reinigen/Desinfizieren Sie regelmäßig Orte, die von vielen Personen genutzt werden, wie Türgriffe, Tasten in Fahrstühlen u. ä., und betätigen Sie diese nach Möglichkeit mit dem Unterarm oder Ellenbogen.

Händewaschen

Wann sollte ich mindestens meine Hände waschen?

- nach Betreten des Gebäudes bzw. beim Ankommen am Arbeitsplatz
- nach dem Besuch der Toilette
- nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- nach dem Kontakt mit Abfällen
- vor den Mahlzeiten bzw. vor und nach der Zubereitung von Speisen (z. B. in der Pause)
- vor dem Hantieren mit Medikamenten oder Kosmetika (z. B. Cremes, Lippenpflege etc.)
- vor und nach dem Körperkontakt mit Kolleginnen und Kollegen, falls dieser nicht vermeidbar ist

Wie wasche ich richtig?

- Halten Sie die Hände unter fließendes Wasser. Die Wassertemperatur hat keinen Einfluss auf die Reduktion von Krankheitserregern.
- Seifen Sie dann die Hände gründlich für circa 20 bis 30 Sekunden ein (Handinnenflächen, Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume, Daumen, Fingernägel). Wenn möglich, nutzen Sie Flüssigseifen in ausreichender Menge.
- Spülen Sie die Hände unter fließendem Wasser ab. Verwenden Sie zum Schließen des Wasserhahns ein Einweghandtuch oder Ihren Ellenbogen.
- Trocknen Sie die Hände sorgfältig und idealerweise mit Einmalhandtüchern ab — dabei die Fingerzwischenräume nicht vergessen!

Hygiene beim Husten & Niesen

Wie kann ich meine Mitmenschen vor einer Ansteckung schützen?

- Entfernen Sie sich beim Husten oder Niesen möglichst weit von anderen Personen und drehen Sie sich weg.
- Nutzen Sie ein Einwegtaschentuch! Verwenden Sie dies nur einmal und entsorgen es anschließend idealerweise in einem Mülleimer mit Deckel. Waschen Sie danach Ihre Hände (s.o.)!
- Ist kein Taschentuch griffbereit, husten oder niesen Sie in die Armbeuge, nicht in die Hand!
- Wenn Sie an trockenem Husten leiden, ggf. sogar in Kombination mit Fieber, bleiben Sie / gehen Sie nach Hause und holen Sie schnellstmöglich telefonisch ärztlichen Rat ein!

Anlegen der Mund-Nase-Bedeckung

- Bitte beachten Sie die Hinweise des beigefügten Merkblatts.

Vielen Dank für die Beachtung dieser Regeln. Bleiben Sie gesund!