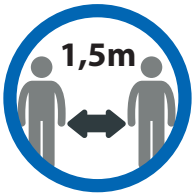


Wie Sie sich und Ihre Kolleginnen und Kollegen in gemeinsam genutzten Räumen schützen

## 7 Regeln, um Infektionen zu vermeiden

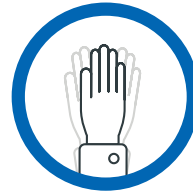
Gerade in gemeinsam genutzten Büros und Pausenräumen ist es wichtig, Maßnahmen zum Infektionsschutz einzuhalten. Bitte beachten Sie daher diese 7 einfachen Regeln und tragen Sie dazu bei, sich und Ihre Kolleginnen und Kollegen vor einer Ansteckung mit dem Coronavirus zu schützen. **Vielen Dank!**

### 1. Abstand halten



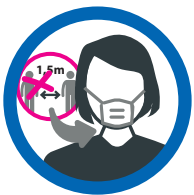
- Bitte halten Sie immer einen Abstand von mindestens 1,50 Meter zu anderen Personen ein: in Büros, Fluren und Pausenräumen ebenso wie außerhalb von Gebäuden.
- Auf Fluren nutzen Sie am besten immer die rechte Seite.

### 5. Direkten Hautkontakt vermeiden



- Vermeiden Sie das Händeschütteln zur Begrüßung - ein freundliches Lächeln kommt auch gut an.
- Berühren Sie gemeinsam genutzte Gegenstände wie Kaffeemaschinen, Kühlschränke, Türklinken, Griffe und Schalter möglichst selten.

### 2. Mund-Nasen-Schutzmaske tragen



- In patientenversorgenden Bereichen gibt es grundsätzlich die Pflicht, einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen.
- Für alle anderen Bereiche gilt: Falls der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, tragen Sie bitte eine Schutzmaske.

### 6. Räume häufig lüften



- Sorgen Sie für eine gute Durchlüftung: Optimal ist, wenn Sie zweimal stündlich für fünf Minuten das Fenster öffnen.

### 3. Hände waschen oder desinfizieren



- Waschen Sie sich regelmäßig gründlich die Hände mit Seife oder desinfizieren Sie sie.
- Das gilt besonders vor und nach dem Berühren gemeinsam genutzter Gegenstände.

### 7. Keine Gruppen bilden



- Nutzen Sie Räume nur einzeln und vermeiden Sie es, sich in Gruppen zusammenzufinden.
- Falls möglich: Nutzen Sie die Home-Office-Option oder arbeiten Sie zeitversetzt zu Ihren Kolleginnen und Kollegen.
- Meiden Sie Aufzüge möglichst und nutzen Sie stattdessen die Treppe.
- Organisieren Sie Besprechungen per Telefon oder Video-Konferenz.
- Falls ein persönliches Zusammentreffen unbedingt erforderlich ist: Begrenzen Sie die Anzahl von Personen pro Raum so, dass der Mindestabstand eingehalten wird.

### 4. Hust- und Nies-Etikette einhalten



- Husten oder niesen Sie niemanden direkt an, auch wenn Sie einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Am besten, Sie drehen sich beim Husten und Niesen von anderen Personen weg und halten die Armbeuge vor das Gesicht.