

# Hygienemaßnahmen

## Die wichtigsten Maßnahmen im Überblick

- **Abstandsgebot: Mindestens 1,50 m Abstand halten!!**
- **Aufstellen** vor und nach dem Unterricht, sowie nach den Pausen immer in einer Markierung (Kreis).
- **Keine Berührungen, Umarmungen** und **kein Händeschütteln** praktizieren.
- **Gründliche Händehygiene** (z. B. nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen; nach der Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln; nach Kontakt mit Treppengeländern, Türgriffen, Haltegriffen etc., vor und nach dem Essen; vor dem Aufsetzen und nach dem Abnehmen einer Mund-Nasen-Bedeckung, nach dem Toilettengang) **durch:** Händewaschen mit Flüssigseife für 20–30 Sek.
- **Husten und Niesen in die Armbeuge** gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegdrehen.
- **Mund-Nasen-Bedeckung tragen:** Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz).  
Im Unterricht/Notbetreuung ist das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung bei gewährleistetem Sicherheitsabstand nicht erforderlich, gleichwohl aber zulässig. Sollten Schüler\*innen und sowie Lehrkräfte in der Schule eine Mund-Nasen-Bedeckung verwenden wollen, spricht nichts dagegen.
- **Nicht mit den Händen das Gesicht berühren**, insbesondere nicht die Schleimhäute, d.h. nicht an Mund, Augen oder Nase fassen.
- Öffentlich zugängliche Handkontaktstellen wie Türklinken möglichst nicht mit der Hand anfassen, z. B. Ellenbogen benutzen.
- **Im Bus** → Mund- und Nasenschutz tragen.
- **Bei Krankheitszeichen** (z. B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust Geschmacks-/Geruchssinn, Halsschmerzen) in jedem Fall zu Hause bleiben und ggf. medizinische Beratung/ Behandlung in Anspruch nehmen.