

Wichtigste persönliche Hygienemaßnahmen

	<ul style="list-style-type: none">• <u>Abstandsgebot</u> Ist außerhalb der Kohorte einzuhalten.• <u>Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung</u> Eine Mund-Nasen-Bedeckung ist im Schulgebäude zu tragen. Individuelle Maskenpausen sind nur innerhalb der Kohorte möglich.
	<ul style="list-style-type: none">• <u>Händewaschen mit Seife für 20 - 30 Sekunden</u> z. B. nach Husten oder Niesen; nach der Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln; vor dem Essen, nach dem Toiletten-Gang.• <u>Händedesinfektion</u>, wenn Händewaschen nicht möglich ist oder bei <u>Kontamination</u> mit Körpersekreten.
	<ul style="list-style-type: none">• <u>Kontakteinschränkungen</u> Kontakte sind auf das unbedingt notwendige Maß zu beschränken. Es soll keinen unmittelbaren körperlichen Kontakt geben.• <u>Berührungen vermeiden</u>: keine Umarmungen, kein Händeschütteln.
	<ul style="list-style-type: none">• <u>Husten- und Niesetikette</u>: Husten und Niesen in die Armbeuge oder ein Taschentuch gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegrehen.
	<ul style="list-style-type: none">• <u>Nicht in das Gesicht fassen</u>: insbesondere die Schleimhäute nicht <u>berühren</u>, d. h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
	<ul style="list-style-type: none">• <u>Persönliche Gegenstände nicht teilen</u>: z. B. Trinkbecher, persönliche Arbeitsmaterialien, Stifte.