






Regeln zum Schutz vor Corona

	<p>Manche Krankheiten verbreiten sich schnell in viele Länder.</p> <ul style="list-style-type: none">• Das nennt man: Pandemie.• Dazu gehört auch Grippe und die neue Krankheit Corona.• Hier lesen Sie unsere Regeln, damit Sie sich bei der Arbeit nicht anstecken. <p>Fühlen Sie sich krank? Dann bleiben Sie zuhause. Rufen Sie Ihren Arzt an.</p>
	<p>Halten Sie Abstand!</p> <ul style="list-style-type: none">• Bleiben Sie 1,5 Meter oder mehr von anderen Menschen weg.• Zum Beispiel bei der Arbeit, im Bus oder in Warteschlangen.• Meiden Sie Menschen-Gruppen.
<p>Maske tragen</p> 	<p>Tragen Sie eine Maske:</p> <ul style="list-style-type: none">• Wenn Sie das Gebäude betreten• Wenn Sie dort umhergehen• Wenn Sie Anderen nahe kommen
	<p>Schütteln Sie keine Hände!</p> <ul style="list-style-type: none">• Erklären Sie freundlich, dass Sie das sicherer finden.• Umarmen Sie keine Menschen.
	<p>Waschen Sie sich oft die Hände:</p> <ul style="list-style-type: none">• Waschen Sie Ihre Hände immer, wenn Sie von draußen in ein Haus kommen.• Waschen Sie Ihre Hände bevor Sie kochen oder essen.• Waschen Sie Ihre Hände, wenn Sie auf Toilette waren.



Nicht ins Gesicht fassen:

- Kratzen Sie sich **nicht** an der Nase.
- Reiben Sie sich **nicht** an den Augen.
- Fassen Sie sich **nicht** an den Mund.



Passen Sie bei Husten und Niesen auf.

- Bleiben Sie weg von Leuten, die husten oder niesen.
- Husten oder niesen Sie **nicht** in Ihre Hand.
- Husten und niesen Sie in Ihre Armbeuge.
- Drehen Sie sich dabei von anderen Leuten weg.
- Benutzen Sie ein Taschentuch.
- Werfen Sie es danach in den Müll.
- Waschen Sie sich dann die Hände



Lüften Sie Arbeits-Räume gut.

- Am besten lüften Sie 4 Mal am Tag für je 10 Minuten.



Firmen brauchen einen Plan um sich vor Corona zu schützen

Dazu gehört zum Beispiel:

- Es gibt viele neue Regeln
- Es wird kontrolliert, ob sich alle an die Regeln halten
- Es wird beim Betreten die Körpertemperatur gemessen
- Arbeitsplätze können sich verändern



Sie sind unsicher?

- Sie haben Angst sich trotzdem zu infizieren?
- Sie denken, sie gehören zu einer Risiko-Gruppe d.h. Sie sind besonders gefährdet?
- Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.
- Sprechen Sie mit Ihrem Gruppenleiter oder dem Begleitenden Dienst



Bei Krankheit zu Hause bleiben

Bleiben Sie auch bei geringen Anzeichen einer Erkrankung zu Hause



Rufen Sie Ihren Arzt vor einem Besuch an.

- Haben Sie Fieber, Schnupfen und Husten?
- Rufen Sie Ihren Hausarzt an.
- Gehen Sie **nicht** einfach so zum Arzt.
- Sonst können Sie andere Menschen anstecken.
- Zum Beispiel im Wartezimmer.