

SO SCHÜTZEN WIR UNS



Hände waschen

Gründliches Waschen mit Seife tötet Coronaviren zuverlässig ab. Mindestens 20 Sekunden bis zum Handgelenk einseifen. Waschen Sie sich die Hände, sobald Sie von draußen wieder nach Hause oder ins Büro kommen.



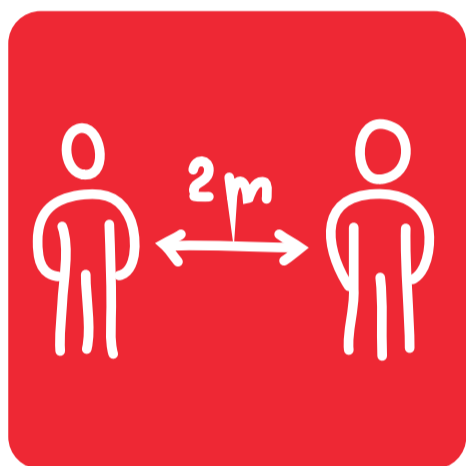
Richtig husten und niesen

Das Coronavirus wird vor allem durch Tröpfchen übertragen. Um andere zu schützen, halten Sie beim Husten und Niesen Abstand. Wenden Sie sich ab und husten oder niesen Sie in die Ellenbeuge.



Aufpassen beim Anfassen

Teilen Sie Arbeitsplätze oder Gegenstände (zum Beispiel Tastaturen) nicht mit anderen Personen. Zur Sicherheit können Fahrstuhlknöpfe oder Türklinken mit dem Ellenbogen betätigt werden. Vermeiden Sie so viel Berührung wie möglich.



Auf Abstand gehen

Auch Infizierte, die sich gesund fühlen, können ansteckend sein. Halten Sie den Abstand von 2 Metern zu anderen Personen ein. Auf Händeschütteln und Umarmen sollte verzichtet werden.



Menschenmengen eher meiden

Meiden Sie große Ansammlungen von Menschen. Verzichten Sie auf Kaffeerunden in engen Räumen! Halten Sie auch in den Dienstgebäuden den gebotenen Abstand zu anderen Personen.



Mund-Nasen-Schutz tragen

Gesichtsmasken schützen vor allem Personen in der Umgebung des Trägers. Achten Sie darauf, dass auch weiterhin die regelmäßige Händehygiene und das Abstandhalten enorm wichtig sind.



Sich und andere schützen

Achten Sie auch auf die Menschen in Ihrem Umfeld. Lüften Sie alle Räume regelmäßig durch. Halten Sie Besprechungen und Treffen möglichst kurz und klein. Helfen Sie denen, die Hilfe benötigen.



Telefonische Beratung

Nutzen Sie vermehrt die Kommunikation per Telefon, E-Mail und Videochat und bleiben Sie, so oft es geht Zuhause. Kontaktieren Sie bei Krankheitssymptomen Ihren Arzt zunächst per Telefon und fahren Sie nicht persönlich hin.

FÜR DEIN LEBEN GERN.