

Allgemeine Hygienemaßnahmen zur Vorbeugung von Infektionen

- Verzichten Sie auf Händeschütteln.
- Niesen oder husten Sie nicht in die Hand, sondern besser in die Ellenbeuge.
- Richtig und regelmäßig Hände waschen
 - (1) Hände nass machen
 - (2) Hände von allen Seiten mit viel Seife einschäumen (Handinnen- und -außenseiten, Daumen und Fingerkuppen, Zwischenräume zwischen den Fingern)
 - (3) 20 bis 30 Sekunden die Seife in den Händen verreiben
 - (4) Gründlich mit viel fließendem Wasser die Hände abspülen
 - (5) Gründlich abtrocknen (auch zwischen den Fingern)
- Vermeiden Sie es, sich mit den Händen ins Gesicht zu fassen, dies gilt besonders für Mund, Augen und Nase.
- Bewahren Sie gebrauchte Taschentücher verschlossen auf und entsorgen Sie diese zügig.
- Regelmäßiges Lüften kann die Keimzahl in der Raumluft verringern.
- Teilnehmende mit Erkältungs- bzw. Grippe-symptomen (z.B. starker Husten, Schnupfen, Fieber...) werden gebeten nicht an einer Bildungsveranstaltung teilzunehmen.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!