

# Hygienekonzept WAP 2020/2021

## DLRG Nieder-Eschbach e.V.



# Allgemeine Hinweise

- **Direkten Handkontakt mit Türgriffen und –klinken nach Möglichkeit vermeiden!**
- **Beachtung der geltenden Allgemeinverfügungen auch im privaten Bereich!**
- **Abgelegte Kleidungsstücke (Jacken etc.) verschiedener Personen nicht übereinanderlegen/-hängen. Kleidungsstücke auf den eigenen Stuhl hängen.**
- **Gegenseitige Sensibilisierung bei Nichtbeachten!**
- **Achten Sie aufeinander: Sollten TeilnehmerInnen versehentlich die beschriebenen Maßnahmen nicht einhalten, weisen Sie sie freundlich auf diesen Umstand hin und klären Sie einander auf!**
- **Informationen der öffentlichen Aushänge beachten!**

# Allgemeine Hinweise

## Grundsätzlich: Maske tragen in der gesamten Station oder der Sportgaststätte

- **Maske tragen, wo Abstand nicht eingehalten werden kann!**
- Auf richtigen Sitz der Maske achten!
- Trotz Maske nicht ins Gesicht fassen!
- **Die Maske wird während dem Unterricht nicht abgenommen .**
- **Berührungen anderer Personen sind zu unterlassen!**
- Keine Begrüßungsrituale (Händeschütteln, Umarmungen usw.)!
- **Arbeitsmittel und Material sind nur persönlich zu nutzen.**



# Gebrauchsanweisung Maske

## Wie Sie einen Mund-Nasen-Schutz richtig aufsetzen und abnehmen

Ab 27. April gilt im öffentlichen Personennahverkehr in Berlin die Pflicht, eine textile Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen. Auch beim Einkaufen, beim Zusammentreffen mit vorerkrankten Personen und in Situationen, wo Abstände schwer einzuhalten sind, wird dies empfohlen. Dafür kommen Schals, Tücher, Mund-Nasen-Schutz oder Atemschutzmasken infrage. Wie Sie diese richtig anlegen, zeigt die grafische Übersicht heute:



**1**  
Vor dem Aufsetzen und nach dem Absetzen des Mund-Nasen-Schutzes immer gründlich die Hände waschen!



**2**  
Die Bedeckung an den Seiten oder den Schlaufen anfassen und vor Mund und Nase halten. Nasenklammer muss oben sein.



**3**  
Die Schlaufen hinter die Ohren ziehen oder hinter dem Kopf per Schleife verknoten, sodass der Schutz eng am Gesicht anliegt.



**4**  
Ziehen Sie den Schutz oben aufs Nasenbein und unten unter das Kinn.



**5**  
Fixieren Sie mit zwei Fingern die Nasenklammer (sofern vorhanden)



**6**  
So sitzt die Maske richtig. Für Brillenträger wichtig: Erst Maske, dann Brille. Kinn- und Vollbärte können die Wirksamkeit des Mundschutzes verringern.



**7**  
Vermeiden Sie während des Tragens, die Mund-Nasen-Bedeckung anzufassen oder zu verschieben.



**8**  
Wechseln Sie die Mund-Nasen-Bedeckung spätestens dann, wenn sie durch die Atemluft durchfeuchtet ist, sonst können sich zusätzliche Keime ansiedeln.



**9**  
Beim Abnehmen des Mundschutzes möglichst die Außenseiten nicht berühren. Am besten an den Schlaufen anfassen.



**10**  
Entsorgen Sie einen Einmal-Mundschutz direkt. Wiederverwendbare Bedeckungen können durch Waschen (60°-95 °C) oder Bügeln desinfiziert werden.

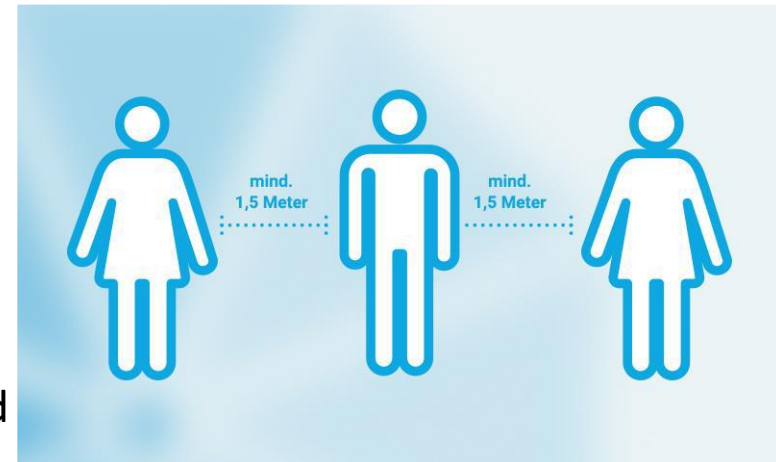
# Abstandsregelung

## Immer Abstand einhalten!

- Mind. 1,5 m zu anderen Personen!
- Ca. 4m<sup>2</sup> für jeden Teilnehmer!

### ■ Auch

- in Sanitärbereichen,
- während der Sitzungen/Schulungen
- in den Pausen,
- bei der Getränke-/Essenausgabe und
- beim Verzehr sowie
- im Außenbereich!



- Nicht selbständig den entsprechend angepassten Aufbau der Tische/Stühle in dem Schulungsraum verändern!

# Händehygiene

- **Stetige Händehygiene!**



**Niesen oder husten Sie in die Armbeuge oder in ein Taschentuch** – und entsorgen Sie das Taschentuch anschließend in einem Mülleimer mit Deckel.



**Halten Sie die Hände vom Gesicht fern** – vermeiden Sie es, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.

# Händehygiene

## Richtiges Händewaschen

- Regelmäßig und gründlich!



# Händehygiene



1. Handfläche auf Handfläche, inklusive Handgelenk



2. Rechte Handfläche über linkem Handrücken und umgekehrt



3. Handfläche auf Handfläche, mit verschränkten Fingern



4. Außenseite der Finger auf gegenüberliegende Handflächen



5. Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der linken Handfläche und umgekehrt



6. Kreisendes Reiben der Fingerkuppen der rechten Hand in der linken Handfläche und umgekehrt

## In 30 Sekunden desinfiziert ...!

- › Desinfektionsmittel in trockene Hände geben
- › 30 Sekunden kräftig einreiben
- › Jeden Schritt fünf mal durchführen
- › Hände müssen in der ganzen Zeit feucht sein
- › Bei Bedarf Desinfektionsmittel nachnehmen

Handdesinfektionsspender sind  
In der Station/Sportgaststätte  
verfügbar!

**Achtung: Regelmäßige Verwendung von Hautlotion (Creme), um rissiger Haut und somit Verletzungen vorzubeugen, über die Viren und Bakterien in den Körper eindringen können.**

**DLRG**



# Freizeit

---

- **Stets Beachtung der allgemeinen Hinweise erforderlich!**
- Auch in der Freizeit Abstand einhalten!
- Wenn Abstand nicht eingehalten werden kann, Maske tragen!
- Die Bildung größerer Tischgruppen ist auch im Freien unzulässig!
- Häufig und gründlich Hände waschen, desinfizieren und geeignet pflegen!

