



Teilnehmerunterweisung

Verhalten im Lehrbetrieb mit dem Corona-Virus



Abstandsregelung

■ Immer Abstand einhalten!

□ Mind. 1,5 m zu anderen Personen!

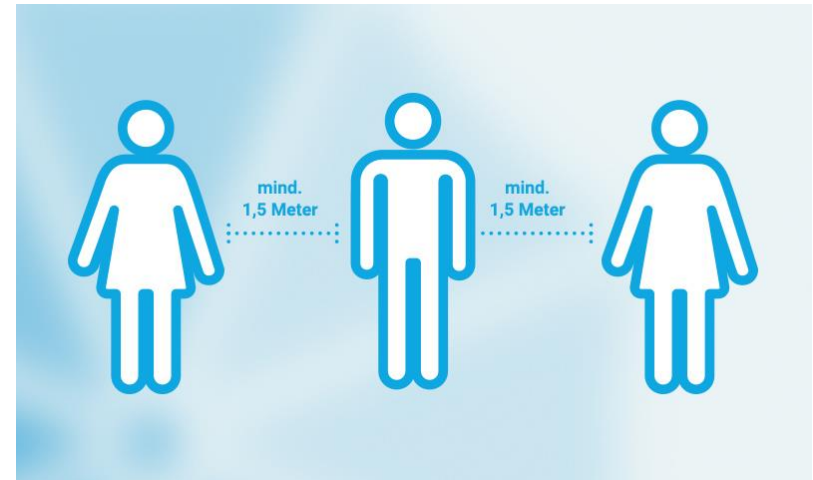
◆ Auch

- ❖ in Sanitärbereichen,
- ❖ in den Pausen,
- ❖ bei der Essenausgabe und
- ❖ beim Verzehr!

□ Markierungen auf den Böden beachten!

□ Personenstromregelungen beachten!

□ Öffentliche Aushänge beachten!





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

■ Richtiges Händedesinfizieren



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 im Haus vielerorts verfügbar!



Händehygiene

■ Richtiges Händedesinfizieren



1. Handfläche auf Handfläche, inklusive...

Achtung: Regelmäßiges Verwenden von Handlotion, um rissiger Haut und somit Verletzungen vorzubeugen, über die Viren oder Bakterien in den Körper eindringen können!

- › Trockene Hände geben...
- › Jeden Schritt fünf mal durchführen
- › Hände müssen in der ganzen Zeit feucht sein
- › Bei Bedarf Desinfektionsmittel nachnehmen

Handdesinfektionsspender sind im Haus vielerorts verfügbar!



Allgemeines Verhalten

- Maske tragen, wo Abstand nicht eingehalten werden kann!

- ☐ Auf richtigen Sitz der Maske achten!
- ☐ Trotz Maske nicht ins Gesicht fassen!



- Berührungen anderer Personen sind zu unterlassen!
 - ☐ Keine Begrüßungsrituale (Händeschütteln, Umarmungen usw.)!





Allgemeine Hinweise

- Direkten Handkontakt mit Türgriffen und –klinken nach Möglichkeit vermeiden!
- Beachtung der geltenden Allgemeinverfügungen auch im privaten Bereich!
- 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!





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:



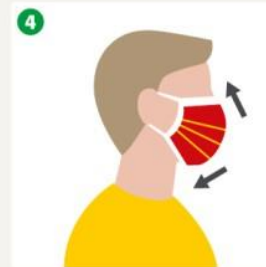
1
Vor dem Aufsetzen und nach dem Absetzen des Mund-Nasen-Schutzes immer gründlich die Hände waschen!



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.



Freizeit und Unterkünfte

- Stets Beachtung der allgemeinen Hinweise erforderlich!
 - Auch in der Freizeit und den Unterkünften Abstand einhalten!
 - Wenn Abstand nicht eingehalten werden kann, Maske tragen!
 - Zimmer nur einzeln belegen!
 - Eingangskontrolle! Externe dürfen das NABK-Gelände nicht betreten!
 - Abendliche Zusammenkünfte innerhalb des Lehrgangs unterliegen ebenfalls dem Abstandsgebot!
 - Regelmäßiges Lüften der Unterkünfte!
 - Häufig und gründlich Hände waschen, desinfizieren und geeignet pflegen!