

**Hygiene-Schutzkonzept der Evangelischen Hochschule  
gemäß § 22 Abs. 1 Nr. 2 i.V.m. § 6 HmbSARS-Cov-2-Eindämmungsverordnung in  
Anlehnung an das Rahmenschutzkonzept der BWFGB**

**Inhaltsverzeichnis**

<b>1.</b>	<b>Grundsätzliches</b>	<b>2</b>
1.1.	Hochschulbetrieb	2
<b>2.</b>	<b>Maßnahmen für Einzelpersonen</b>	<b>2</b>
2.1.	Persönliche Hygiene	2
2.1.1.	Medizinische Masken	2
2.2.	Personenbezogene Maßnahmen für Beschäftigte	3
2.2.1.	Beschäftigte mit Vorerkrankungen und Behinderungen	3
2.2.2.	Schwangere Beschäftigte	3
2.2.3.	Verbindliches Testangebot in Betrieben	3
2.3.	Personenbezogene Maßnahmen für Studierende	3
2.3.1.	Studierende mit Vorerkrankungen oder Behinderungen	3
2.3.2.	Schwangere Studentinnen	3
<b>3.</b>	<b>Reglementierter Zutritt zu den Gebäuden der Hochschule</b>	<b>4</b>
<b>4.</b>	<b>Hygienemaßnahmen bei der Nutzung von öffentlichen Bereichen (Foyer, WC-Bereiche, Verkehrswege) in den Gebäuden der Hochschule</b>	<b>4</b>
<b>5.</b>	<b>Raumhygiene</b>	<b>5</b>
5.1.	Reinigung	5
5.2.	Lüftung	5
<b>6.</b>	<b>Hygienemaßnahmen bei Büroarbeitsplätzen</b>	<b>5</b>
<b>7.</b>	<b>Hygienemaßnahmen Bibliotheken</b>	<b>5</b>
<b>8.</b>	<b>Hygiene- und Schutzmaßnahmen bei der Durchführung von Präsenzveranstaltungen und Prüfungen</b>	<b>7</b>
8.1.	Testpflicht für Präsenzveranstaltungen	7
8.2.	Ausnahmen von der Testpflicht	7
8.3.	Schutz- und Hygienemaßnahmen bei Präsenzveranstaltungen	8
<b>9.</b>	<b>Fortschreibung des Hygiene-Schutzkonzeptes</b>	<b>8</b>
<b>10.</b>	<b>Anlagen</b>	<b>9</b>
10.1.	Hygienetipps der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung	9
10.2.	Anweisung für die Nutzung eines medizinischen Mund-Nasen-Schutzes	10

## 1. Grundsätzliches

Personen, die Symptome (z.B. Husten, Fieber, Durchfall) aufweisen, die auf eine COVID-19-Infektion hindeuten könnten und die ärztlich nicht abgeklärt sind, ist der Aufenthalt an den Hochschulen untersagt. Für Veranstaltungen und Versammlungen jeder Art (erlaubter Lehrbetrieb u.a.m.) und für das persönliche Erscheinen am Arbeitsplatz der Hochschulen gelten als **oberste Maxime die Einhaltung der 3 G's (geimpft, getestet oder genesen) und das Tragen einer medizinischen Maske.**

### 1.1. Hochschulbetrieb

An der Evangelischen Hochschule erfolgt die Lehre überwiegend in Präsenz. Hybride und digitale Formate und Lehrangebote sind weiterhin möglich.

## 2. Maßnahmen für Einzelpersonen

### 2.1. Persönliche Hygiene

Der Hauptübertragungsweg für das Coronavirus ist die Tröpfcheninfektion über die Atemwege und die Schleimhäute. Darüber hinaus ist die Übertragung auch indirekt über die Hände möglich, wenn sie mit Mund- oder Nasenschleimhaut sowie der Augenbindehaut in Kontakt gebracht werden. Zur Infektionsvermeidung sind folgende Hygieneregeln (siehe auch Pkt. 10.1) zu befolgen:

- Regelmäßiges und gründliches Händewaschen für 30 Sekunden (siehe <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen.html>).
- Einhaltung der [Husten- und Niesetikette](#) (Husten und Niesen in die Armbeuge und am besten von anderen Personen weg drehen, um einen größtmöglichen Abstand herzustellen).
- Abstand halten.
- Mit den Händen nicht den Mund, die Nase und die Augen berühren.
- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken, Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen.
- Keine Berührungen, Hände schütteln und Umarmungen.

#### 2.1.1. Medizinische Masken

Für anwesende Personen gilt in geschlossenen Räumen mit Publikumsverkehr die Pflicht zum Tragen einer medizinischen Maske nach § 8 HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO mit der Maßgabe, dass die Masken durch die Vortragenden abgelegt werden dürfen.

Zu beachten sind die Regelungen zur Nutzung einer medizinischen Maske (siehe Pkt. 10.2.). Nähere Hinweise zu geeigneten medizinischen Masken werden auf <https://www.hamburg.de/corona-maske/14847194/medizinische-masken/> veröffentlicht.

## **2.2. Personenbezogene Maßnahmen für Beschäftigte**

### **2.2.1. Beschäftigte mit Vorerkrankungen und Behinderungen**

Beschäftigte, die an einer Vorerkrankung (z.B. Erkrankungen der Lunge, des Herz-Kreislaufsystems, der Leber, der Nieren, Diabetes Mellitus, onkologische Erkrankungen) leiden, die einen schweren Krankheitsverlauf bei einer Infektion mit dem COVID-19-Virus erwarten lässt oder das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung unmöglich macht, sollen vorrangig von zuhause aus mobil arbeiten. Sofern die Arbeiten nicht im mobilen Arbeiten verrichtet werden können, sind nötigenfalls leistbare Aufgaben zu vereinbaren. Dasselbe gilt für schwerbehinderte Beschäftigte, deren Art der Beeinträchtigung einen Risikofaktor für einen schweren Krankheitsverlauf darstellen.

### **2.2.2. Schwangere Beschäftigte**

Der Ausschuss für Mutterschutz stuft den regelmäßigen Kontakt von Schwangeren zu einer größeren Anzahl an Personen vor dem Hintergrund der Corona Pandemie als unverantwortbare Gefährdung ein, wenn nicht konsequent alle erforderliche Schutz- und Hygienemaßnahmen eingehalten werden können. Demnach müssen organisatorisch/technische Schutzmaßnahmen ergriffen werden, die gewährleisten, dass die geltenden Hygiene- und Schutzmaßnahmen stets sicher eingehalten werden. Ist dies nicht möglich, so ist zu prüfen, ob schwangere Beschäftigte einen Einzelarbeitsplatz erhalten oder mobil arbeiten können. Sofern dies nicht realisierbar ist, hat der Arbeitgeber ein Beschäftigungsverbot auszusprechen (§ 13 Abs. 1 Nr. 3 MuSchG; § 1 Abs. 1 Nr. 5 Hmb-MuSchVO).

### **2.2.3. Verbindliches Testangebot in Betrieben**

Zur Minderung des betrieblichen SARS-CoV-2-Infektionsrisikos hat der Arbeitgeber Beschäftigten, soweit diese nicht ausschließlich in ihrer Wohnung arbeiten, mindestens zweimal pro Kalenderwoche einen Test in Bezug auf einen direkten Erregernachweis des Coronavirus SARS-CoV-2 anzubieten (§ 4 Abs. 1 SARS-CoV-2-Arbeitsschutzverordnung).

Die SARS-CoV-2-Arbeitsschutzverordnung in der jeweils gültigen Fassung ist dabei zu berücksichtigen.

## **2.3. Personenbezogene Maßnahmen für Studierende**

### **2.3.1. Studierende mit Vorerkrankungen oder Behinderungen**

Für Studierende mit attestierten Vorerkrankungen oder Behinderungen, die einen schweren Krankheitsverlauf bei einer COVID-19-Infektion erwarten lassen (z.B. Erkrankungen der Lunge, des Herz-Kreislaufsystems, der Leber, der Nieren, Diabetes Mellitus, onkologische Erkrankungen) oder die das Tragen einer medizinischen Maske unmöglich machen, sind individuelle Maßnahmen zu ergreifen. Falls die Teilnahme an einer Präsenzveranstaltung (z.B. Prüfung) nicht durch individuelle Schutzmaßnahmen ermöglicht werden kann, können betroffene Studierende einen Antrag auf Nachteilsausgleich stellen.

### **2.3.2. Schwangere Studentinnen**

Die Regelungen des Mutterschutzes gelten auch für Studierende. Demnach ist es für schwangere Studentinnen unablässig, dass alle Schutz- und Hygienemaßnahmen eingehalten werden, die ggf. durch individuelle Maßnahmen zu ergänzen sind. Schwangeren Studentinnen, die an einer Prä-

senzveranstaltung teilzunehmen haben und bei denen keine ausreichenden Schutzmaßnahmen möglich sind, ist ein Nachteilsausgleich anzubieten.

### **3. Reglementierter Zutritt zu den Gebäuden der Hochschule**

Soweit die räumlichen Verhältnisse es zulassen, ist auf die Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 m hinzuweisen und hinzuwirken. Fußbodenmarkierungen sind an geeigneten Stellen anzubringen. Auf die Pflicht zum Tragen einer medizinischen Maske und die Durchsetzung wird mit Aushängen an den Eingängen der Gebäude hingewiesen. Ebenso ist auf die Pflicht zum Nachweis der 3Gs vor Teilnahme an Lehrveranstaltungen und sonstigen Angeboten in geschlossenen Räumen hinzuweisen und die Einhaltung zu kontrollieren.

Die Evangelische Hochschule erhebt die Kontaktdaten (Luca App oder Formular). Die Hochschule ist gemäß §22 Abs. 1 EVO berechtigt, im Wintersemester 2021/2022 die Daten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer von Lehrveranstaltungen zum Status als genesene oder geimpfte Person nach § 10h HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO (2G-Status) zu verarbeiten.

Dabei ist sicherzustellen, dass unbefugte Dritte keine Kenntnis von den Kontaktdaten erlangen können. Die Verwendung der Kontaktdaten zu anderen als den in der HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO genannten Zwecken sowie deren Weitergabe an unbefugte Dritte ist untersagt. Die Aufzeichnungen der Kontaktdaten sind spätestens nach vier Wochen zu vernichten oder zu löschen, im Falle der Daten zum 2G-Status sobald die Speicherung nicht mehr erforderlich ist, spätestens aber zwei Wochen nach Ende des Wintersemesters 2021/2022. Weiteres zur Kontaktdatenerhebung ist den §§ 7 und 22 der HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO zu entnehmen. Die allgemeinen Regelungen zum Datenschutz sind zu beachten.

### **4. Hygienemaßnahmen bei der Nutzung von öffentlichen Bereichen (Foyer, WC-Bereiche, Verkehrswege) in den Gebäuden der Hochschule**

Um das Infektionsrisiko zu minimieren, sind in den öffentlichen Bereichen der Hochschulen folgende Regelungen einzuhalten:

- In den Eingangsbereichen des Gebäudes werden Hand-Desinfektionsmittel bereitgestellt, mit denen die Hände nach Betreten des Gebäudes hygienisch desinfiziert werden können.
- Es ist eine medizinische Maske zu tragen. Auf die Tragepflicht wird mit entsprechenden Aushängen hingewiesen.
- Die Hinweisschilder und Fußbodenmarkierungen zur Abstandshaltung, soweit vorhanden, sind zu beachten.
- Der Fahrstuhl darf von maximal einer Person benutzt werden unter der Voraussetzung, dass eine medizinische Maske getragen wird. Darüber hinaus werden alle Anwesenden gebeten, den Fahrstuhl so wenig wie möglich zu nutzen, damit er den Personen, die unbedingbar darauf angewiesen sind, zur Verfügung steht.

## **5. Raumhygiene**

### **5.1. Reinigung**

Wird ein Raum an einem Tag mehrfach von unterschiedlichen Personengruppen genutzt, so sind die Oberflächen (z.B. Handkontaktflächen wie Lichtschalter, Tür-/Fenstergriffe, Tische, Stühle und sonstige Sitzflächen, Türklinken) zwischen den Veranstaltungen zu reinigen. Entsprechende Reinigungsutensilien stehen in den Räumen zur Verfügung. Eine vorsorgliche Flächendesinfektion, auch von Kontaktflächen, die oft genutzt werden, ist nach Beratung des Arbeitsmedizinischen Dienstes (AMD) sowie den Empfehlungen des Robert Koch-Instituts in der jetzigen COVID-19-Pandemie nicht erforderlich. Darüber hinaus werden alle WC-Anlagen möglichst zweimal täglich gereinigt und permanent mit ausreichend Flüssigseife und Papierhandtüchern ausgestattet.

### **5.2. Lüftung**

Um das Infektionsrisiko zu minimieren, ist es wichtig, für einen regelmäßigen Luftaustausch zu sorgen. Die Dauer, Art und Häufigkeit der Lüftung ist abhängig von den Lüftungsmöglichkeiten, der Dauer der Veranstaltung und der Nutzung des Raumes. Wenn ein Raum an einem Tag für mehrere Veranstaltungen genutzt werden soll, sind folgende Szenarien zu unterscheiden:

- In Räumen mit gegenüberliegenden Fenstern ist in regelmäßigen Abständen und spätestens nach Ende einer Veranstaltung und dem Zwischenreinigen eine 10-minütige Stoß- und Querlüftung durchzuführen.
- Räume, die nur einseitig mit Fenstern ausgestattet sind und bei denen keine Querlüftung möglich ist, sind ebenfalls regelmäßig stoß zu lüften. Spätestens nach Ende einer Veranstaltung und dem Zwischenreinigen ist eine 20-minütige Stoßlüftung vorzunehmen.
- Räume, deren Fenster aufgrund baulicher oder anderer Maßnahmen nicht geöffnet werden können, dürfen nicht genutzt werden.

Die SARS-CoV-2-Arbeitsschutzregel in der jeweils gültigen Fassung ist dabei zu berücksichtigen.

## **6. Hygienemaßnahmen bei Büroarbeitsplätzen**

Der Arbeitgeber hat alle geeigneten technischen und organisatorischen Maßnahmen zu treffen, um betriebsbedingte Personenkontakte zu reduzieren. Die gleichzeitige Nutzung von Räumen durch mehrere Personen ist auf das betriebsnotwendige Minimum zu reduzieren. Ob weitere Maßnahmen erforderlich sind, ist ggf. im Rahmen einer Gefährdungsbeurteilung zu ermitteln. Weitergehende gesetzliche Anforderungen aus dem Bereich des Arbeitsschutzes sind zu berücksichtigen.

## **7. Hygienemaßnahmen Bibliothek**

- **Öffnungszeiten**  
Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag, 10:00 Uhr – 15:00 Uhr  
Mittwoch, 10:00 Uhr – 16:00 Uhr
- **Benutzerkreis**  
Die eingeschränkte Bibliotheksbenutzung ist derzeit nur Studierenden und Lehrbeauftragten der EH gestattet.

- **Anmeldung/Arbeitsplätze**  
Für die Nutzung eines Bibliotheksarbeitsplatzes ist eine vorherige Anmeldung per Mail o. Telefon erforderlich. Diese muss bis spätestens 24 h vor dem gewünschten Termin erfolgen.
- **Ausleihe/Rückgabe/Kopieren/Scannen**  
Für kurzfristige Ausleihen o. Rückgaben sowie für Kopieren/Scannen sind keine Anmeldungen mehr notwendig. Für die Ausleihe ist jedoch weiterhin eine vorherige Recherche erforderlich, um den Aufenthalt in der Bibliothek auf die eingeräumte Benutzungsdauer (s. Punkt „Benutzungsdauer/-bedingungen“) begrenzen zu können. Für die Buchrückgabe werden Tische bereitgestellt.
- **Benutzungsdauer/-bedingungen**  
Die Arbeitsplätze in der Bibliothek können von 10:00 Uhr – 15:00 Uhr belegt werden. Für deren Nutzung gilt die 3-G-Regel, sie werden also nur an Geimpfte, Genesene o. Getestete vergeben. Der jeweilige Status muss vorab nachgewiesen werden. Während der gesamten Aufenthaltsdauer in der Bibliothek ist eine medizinische Maske zu tragen. Darüber hinaus gelten weiterhin Abstands- und Hygieneregeln.  
  
Die Benutzungsdauer für kurzfristige Ausleihen o. Rückgaben beträgt 30 Minuten, die für Kopieren o. Scannen (s. Punkt „Zeitschriften“) 45 Minuten. Da das Betreten des Hochschulgebäudes die Einhaltung der 3-G-Regel voraussetzt, kann für die kurzfristige Nutzung von 30 bzw. 45 Minuten auf einen Nachweis verzichtet werden. Die AHA-Regel ist weiterhin einzuhalten.  
  
Für alle gilt, dass die Kontaktdaten schriftlich o. per Luca-App erhoben werden.  
  
Es dürfen sich max. 4 nutzungsberechtigte Personen gleichzeitig in der Bibliothek aufhalten. D.h., es kann ggf. zu Wartezeiten kommen. Näheres hierzu wird vor Ort mitgeteilt.
- **Zusätzliches zur Ausleihe**  
Die Zugangsdaten für die Ebook-Ausleihe können per Mail beantragt werden. Der Bibliotheksausweis für die Printbook-Ausleihe kann ebenfalls per Mail beantragt werden. Dieser Ausweis wird dann vor Ort zur ersten Ausleihe ausgehändigt (Dazu s. o.: Punkte „Anmeldung/Arbeitsplätze“, „Ausleihe/Rückgabe/Kopieren/Scannen“, „Benutzungsdauer/-bedingungen“).
- **Zeitschriften**  
In Zeitschriften muss selbständig recherchiert werden. Die Kopierer/Scanner vor Ort können benutzt werden. Ein Aufladen bereits erworbener Copycards ist nicht möglich. Bei Bedarf wird eine Freikarte zur Verfügung gestellt. Der Zeitrahmen (s. Punkt „Benutzungsdauer/-bedingungen“) ist in jedem Fall einzuhalten. Kopiergerät und Copycard sind vor der Benutzung zu desinfizieren. Desinfektionsmittel stehen bereit.
- **Scannen**  
Der Scanner-Raum darf von jeweils einer Person betreten werden. Eine Einführung in den Gebrauch des Scanners vor Ort ist nicht möglich. Auf dem Rechner, der mit dem Scanner verbunden ist, befindet sich eine Bedienungsanleitung für den Scanner. Hier wie sonst auch gilt es, den Zeitrahmen einzuhalten. Der Scanner ist vor der Benutzung ebenfalls zu desinfizieren. Desinfektionsmittel stehen bereit.

## **8. Hygiene- und Schutzmaßnahmen bei der Durchführung von Präsenzveranstaltungen und Prüfungen**

Oberstes Gebot für die Durchführung von Präsenzveranstaltungen ist die Einhaltung der 3 G's (geimpft, getestet oder genesen) und die Verpflichtung, eine medizinische Maske zu tragen.

### **8.1. Testpflicht für Präsenzveranstaltungen**

Personen, die Präsenzveranstaltungen an der Hochschule wahrnehmen, werden nur zugelassen, wenn sie

- einen Antigen-Schnelltest gemäß § 10 d HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO bei einem zugelassenen Testzentrum durchführen und ein negatives Ergebnis bestätigt bekommen haben, die zugrunde liegende Testung darf nicht länger als 24 Stunden zurückliegen, oder
- einen PCR Test vorlegen, der § 10 d HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO entspricht und nicht länger als 48 Stunden zurück liegt oder
- zuvor am selben Tage unter Aufsicht der Hochschule einen Selbsttest mit negativem Ergebnis durchgeführt haben.

Verweigern Teilnehmende einen der oben genannten Nachweise, werden sie von der Hochschulleitung vom Gelände der Hochschule verwiesen und von Veranstaltungen der Hochschule ausgeschlossen.

Einem negativen Coronavirus-Testnachweis im Sinne der HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO steht die Vorlage eines Coronavirus-Impfnachweises nach § 2 Absatz 5 oder eines Genesenennachweises nach § 2 Absatz 6 HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO gleich.

### **8.2. Ausnahmen von der Testpflicht**

Vollständig Geimpfte und Genesene sind nach [Beschlusslage auf Bundesebene](#) getesteten Personen gleichgestellt. Die Pflicht, sich für Präsenzveranstaltungen testen zu lassen, gilt für diese Gruppe nicht mehr.

Als vollständig geimpft gelten alle Personen erst ab dem 15. Tag nach der zweiten Corona-Schutzimpfung mit einem in der EU [zugelassenen Impfstoff](#). Geimpfte müssen einen entsprechenden Nachweis vorlegen können. Bei Geimpften ist das der Impfausweis oder eine Impfbescheinigung in deutscher, englischer, französischer, italienischer oder spanischer Sprache als Papierdokument oder in digitaler Form (§ 2 Abs. 5 HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO i.V.m. § 2 COVID-19-Schutzmaßnahmen-Ausnahmenverordnung).

Als Genesene gelten alle Personen, die eine Corona-Infektion überstanden haben, die mindestens 28 Tage sowie maximal sechs Monate zurückliegt, oder die nach der zurückliegenden Infektion mindestens eine Corona-Schutzimpfung mit einem zugelassenen Impfstoff erhalten haben. Bei Genesenen ist ein Genesenen-Nachweis erforderlich. Hierbei handelt es sich um eine Bescheinigung in schriftlicher oder digitaler Form, in deutscher, englischer, französischer, italienischer oder spanischer Sprache darüber, dass eine vorherige Infektion mit dem Coronavirus auf Grundlage eines PCR-Tests festgestellt worden ist und mindestens 28 Tage, sowie maximal sechs Monate zurückliegt. Genesene, deren Infektion mit dem Coronavirus länger als sechs Monate zurück liegt, haben zusätzlich einen Nachweis über die Corona-Schutzimpfung (s.o.) mit mindestens einer verabreichten Impfstoffdosis vorzulegen.

### **8.3. Schutz- und Hygienemaßnahmen bei Präsenzveranstaltungen**

Nach der Eindämmungsverordnung in der jeweils geltenden Fassung zulässige Präsenzveranstaltungen finden unter Einhaltung folgender Schutz- und Hygienemaßnahmen statt:

- Die Teilnahme an Lehrveranstaltungen oder sonstigen Angeboten in geschlossenen Räumen ist nur nach Vorlage eines negativen Coronavirus-Testnachweises, eines Coronavirus-Impfnachweises oder eines Genesenennachweises gestattet. Die Einhaltung ist vor Beginn der Veranstaltungen durch die lehrende Person zu kontrollieren (siehe oben).
- Während der Präsenzveranstaltungen ist eine medizinische Maske nach § 8 HmbSARS-CoV-2-EindämmungsVO zu tragen, Vortragende dürfen die Maske ablegen.
- Finden mehrere Veranstaltungen/Prüfungen parallel in einem Bereich (z.B. in einem Flurabschnitt) statt, soll die Planung vorsehen, dass diese zeitversetzt beginnen und enden.
- Beim Betreten und Verlassen von Seminar- und Prüfungsräumen sowie von Hörsälen soll möglichst das Abstandsgebot eingehalten werden und ist eine medizinische Maske zu tragen.
- Prüfungen und Klausuren sind möglichst in großen Räumen durchzuführen.
- Während einer Prüfung/Klausur/Veranstaltung muss für ausreichend Frischluftzufuhr gesorgt werden. Sofern keine technische Lüftung vorhanden ist, soll mehrmals pro Stunde eine Stoßlüftung erfolgen.
- Für Präsenz-Prüfungen besteht keine Maskenpflicht bei Wahrung des Abstandsgebots nach der Einnahme von Sitzplätzen.
- Studierende sind angehalten, das Gebäude der Hochschule nach dem Ende der Veranstaltung/Prüfung unverzüglich zu verlassen.

### **9. Fortschreibung des Hygiene-Schutzkonzepts**

Das Hygiene-Schutzkonzept wird der Lage entsprechend angepasst.

Prof. Dr. Kathrin Hahn  
14.09.2021

## 10. Anlagen

### 10.1. Hygienetipps der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung



**infektionsschutz.de**  
Wissen, was schützt.

Infektionen vorbeugen:

# Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

#### 1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen,
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor den Mahlzeiten,
- ▶ nach dem Besuch der Toilette,
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren.



#### 2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

#### 3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



#### 4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase.



#### 5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



#### 6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

#### 7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



#### 8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

#### 9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



#### 10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.



Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Stand: 2016

## Masken im Alltag richtig einsetzen

### Vor dem Aufsetzen

- Hände desinfizieren oder
- mit Seife waschen

mind. 30 Sek.



Richtig über **Mund, Nase und Wangen** platzieren. Maske sollte eng anliegen

Bei Durchfeuchtung die Maske sofort wechseln



Beim Absetzen die **Bänder nutzen**

Anschließend die Hände desinfizieren oder mit Seife waschen

mind. 30 Sek.



Research for  
infection protection

HARTMANN

