

## Zurück zur Arbeit - Präventionsmaßnahmen auf dem Weg ins und im Büro

Es ist wichtig, dass wir alle die COVID-19 Infektionspräventionsmaßnahmen befolgen, um die Gesundheit unserer Mitarbeiter und Kunden zu unterstützen und die Verbreitung von COVID-19 bei der Rückkehr ins Büro zu verhindern.

Das COVID-19-Virus wird durch Atemtröpfchen verbreitet, die entstehen, wenn eine infizierte Person hustet, niest oder spricht. Diese Tröpfchen können in den Mund oder die Nase von Personen gelangen, die sich in der Nähe aufhalten, oder möglicherweise in die Lungen eingeatmet werden und können möglicherweise in eine COVID-19 Infektion übertragen. Kommen Sie nicht zur Arbeit, wenn Sie COVID-19 Symptome haben!

Die Mitarbeiter werden ermutigt, wann immer möglich Praktiken zur Infektionsprävention zu befolgen:<sup>1</sup>

- **Tragen Sie eine Gesichtsmaske**

Wenn Sie mit dem Coronavirus infiziert sind oder glauben, infiziert zu sein, reicht eine Maske nicht aus, um Ihre Kollegen an Ihrem Arbeitsplatz vor einer Infektion zu schützen. Sie sollen das Potenzial des Benutzers verringern, den Virus auf andere Personen in seiner Umgebung zu übertragen. Wenn Sie wissen möchten, wie man eine Gesichtsmaske richtig trägt, klicken Sie [hier](#).

- **Soziale Distanzierung aufrechterhalten**

Soziale Distanzierung bedeutet, Raum zwischen sich und anderen Menschen um einen herum zu halten. Halten Sie einen Mindestabstand von 2 Metern zu anderen Menschen ein und versammeln Sie sich nicht in Gruppen. Halten Sie sich von überfüllten Orten fern und vermeiden Sie Massenversammlungen. Dies ist besonders wichtig für Menschen, die einem höheren Risiko ausgesetzt sind, krank zu werden.

Setzen Sie sich nicht an einem Tisch/Schreibtisch einander gegenüber und vermeiden Sie engen Kontakt. Führen Sie nach Möglichkeit virtuelle Treffen durch, wenn ein virtuelles Treffen nicht möglich ist, beschränken Sie die Meeting-Teilnehmer auf 10 oder weniger Personen (in großen Räumen).

- **Befolgen Sie die Nies- und Husten-Etikette**

Um die Ausbreitung von Infektionen zu verhindern, denken Sie daran, Mund und Nase beim Husten oder Niesen immer mit einem Gewebe abzudecken oder die Innenseite des Ellenbogens zu benutzen. Werfen Sie gebrauchte Taschentücher gleich nach dem Gebrauch in den Müll und waschen Sie Ihre Hände sofort mindestens 20 Sekunden lang mit Wasser und Seife oder reinigen Sie Ihre Hände mit Handdesinfektionsmittel (das mindestens 60% Alkohol enthält).

- **Vermeiden Sie es, Ihr Gesicht, Ihren Mund, Ihre Augen und Ihre Nase zu berühren.**

Wenn Sie Ihre Augen, Nase und Mund berühren, können Sie Viren auf Ihre Hände bekommen. Durch das Berühren von Oberflächen kann das Virus dann auf die Hände einer anderen Person übertragen werden, die durch Berührung der Augen, der Nase oder des Mundes infiziert werden kann.

- **Waschen Sie Ihre Hände häufig mit Wasser und Seife** (20 Sekunden lang) oder verwenden Sie Handdesinfektionsmittel, wenn keine Waschgelegenheit zur Verfügung steht (muss mindestens 60% Alkohol enthalten).

---

<sup>1</sup> Mehr Informationen zu Infektionspräventionsmaßnahmen finden sie in dem Restart Guide Video

- **Regelmäßige Beatmung reduziert das Infektionsrisiko**

Lüften fördert ein gutes Raumklima und verhindert aufgrund der höheren Luftfeuchtigkeit das Austrocknen der für die Abwehr von Krankheitserregern wichtigen Schleimhäute von Mund und Nase. Öffnen Sie regelmäßig die Fenster und reduzieren Sie die Gebläsedrehzahl der Klimaanlage.

## Vorbeugung zu Hause und vor dem Arbeitsbeginn

Es ist wichtig, dass nur gesunde Mitarbeiter, die keine COVID-19-Symptome haben, an den Arbeitsplatz kommen, um eine Ansteckung des größeren Teams zu verhindern. Um sicherzustellen, dass Sie gesund sind, überwachen Sie bitte Ihren Gesundheitszustand und führen Sie täglich eine Selbstuntersuchung auf COVID-19-Symptome durch bevor Sie zur Arbeit fahren:

- Husten
- Fieber
- Müdigkeit oder Erschöpfung
- Atemschwierigkeiten

Bitte kommen Sie **NICHT** zur Arbeit, wenn Sie krank sind oder unter COVID-19-Symptomen leiden.

Wenn Sie an einem Abholpunkt warten, öffentliche Verkehrsmittel benutzen oder zu Fuß zur Arbeit gehen, kann es sein, dass Sie einer Reihe von Menschen in unmittelbarer Nähe begegnen. Lesen Sie [hier](#) mehr über die Richtlinien für öffentliche Verkehrsmittel. Wenn Sie mit Kollegen zur Arbeit fahren (Fahrgemeinschaft), tragen Sie während der Fahrt zur Arbeit Gesichtsmasken im Auto.

Wenn Sie zur Arbeit kommen, kommen möglicherweise andere Kollegen zur gleichen Zeit an, und es besteht die Möglichkeit, dass Sie sich in unmittelbarer Nähe aufhalten (z.B. am Drehkreuz, in der Schlange warten, um die Uhr zu stellen oder sich einzuklinken usw.).

Die Benutzung des Aufzugs kann ein Szenario darstellen, in dem sich viele Personen gleichzeitig in der Gegend aufhalten und die Notwendigkeit besteht, die Aufzugtasten zu berühren. Verwenden Sie ein Taschentuch oder ein Desinfektionstuch, um die Knöpfe zu drücken, oder verwenden Sie nach dem Verlassen des Aufzugs ein Handdesinfektionsmittel. Wann immer möglich, wird der Ort die Anzahl der Personen im Aufzug begrenzen, um eine angemessene soziale Distanzierung aufrechtzuerhalten.

## Prävention in gemeinsamen Sammelpunkten, Cafeterien, Kantinen und Pausenräumen

Das Essen in der Cafeteria, der Kantine oder im Pausenraum ist eine Tätigkeit, bei der wir eine sehr gute soziale Distanzierung und Desinfektion üben müssen, denn Gesichtsmasken können beim Essen oder Trinken nicht verwendet werden, und es gibt gemeinsame Oberflächen, die die Menschen berühren, auf denen sie sitzen oder an denen sie ihre Mahlzeiten zubereiten.

Gemeinsame Sammelpunkte, wie der Wasserkühler, der Pausenraum, der Raucherbereich oder die Speisekammer, bieten den Mitarbeitern die Möglichkeit, sich in unmittelbarer Nähe aufzuhalten und die Infektion durch gemeinsame Oberflächen zu verbreiten. Desinfizieren Sie daher alle Oberflächen, die Sie benutzt/berührt haben, und tragen Sie Ihre Gesichtsmaske, wenn Sie das Büro verlassen und sich zu gemeinsamen Sammelpunkten begeben. Befolgen Sie auch immer die Praktiken zur Infektionsprävention.

**Wir stehen Ihnen zur Seite, und die Gesundheit und Sicherheit unserer Mitarbeiter hat für uns nach wie vor oberste Priorität.**

Sehen Sie sich [hier](#) das umfassende Video zum Restart-Guide für COVID-19 an.