

Überarbeiteter

Hygieneplan mit Infektionsschutz

der

Staatlichen Grundschule

Niederorschel

Bahnhofstraße 70

37355 Niederorschel

(ab 20.11.2023)

Inhaltsverzeichnis

1. Ausgangslage
2. Aktuelle Rechtslage
3. Hygiene und Infektionsschutz als zentrale Elemente eines verantwortungsvollen Schulbetriebs insbesondere zu Zeiten von COVID-19
4. Umgang mit Krankheitssymptomen
5. Umgang mit vulnerablen Personengruppen in Bezug auf eine COVID-19- Erkrankung
6. Allgemeine Empfehlungen zum Infektionsschutz
 - 6.1 Hinweise zu qualifizierten Gesichtsmasken
 - 6.2 Allgemeine Hygienemaßnahmen
 - 6.2.1 Persönliche Hygiene
 - 6.2.2 Hygiene im Sanitärbereich
 - 6.3 Lüften
7. Schulspeisung
8. Erste Hilfe

Anlagen

Anlage 1: Hinweise zum Lüften der Unterrichtsräume

Anlage 2: Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Anlage 3: Richtig Hände waschen

1. Ausgangslage

COVID-19¹ stellt unsere Gesellschaft und den Bereich Schule nach wie vor vor Herausforderungen. Zusätzlich wird die Influenza eine große Rolle spielen. Die aktuelle Handreichung steht daher unter dem allgemeinen Thema Infektionsschutz. Die bisherigen wissenschaftlichen Erkenntnisse zur Pandemie erlauben einen normalen Schulalltag, allerdings unter Einhaltung erhöhter Infektionsschutzmaßnahmen. Dabei werden weiterhin (Hygiene-)Maßnahmen ergriffen, um sowohl einer Verbreitung des Coronavirus SARS-CoV-2 als auch der Influenza vorzubeugen. Auf Grund ähnlicher Übertragungswege des Coronavirus SARSCoV-2 und der Influenza, können viele Maßnahmen, die bisher explizit die Ausbreitung des Coronavirus verhindern sollten, ebenfalls der Influenza oder anderen respiratorischen Erkrankungen vorbeugen.

2. Aktuelle Rechtslage

Gemäß § 36 i. V. m. § 33 Infektionsschutzgesetz (IfSG) ist jede Schule zur Erstellung von Hygieneplänen verpflichtet. Nach § 34 i. V. m. § 33 IfSG darf das pädagogische Personal im Falle der in § 34 IfSG genannten Erkrankungen oder Erkrankungsverdachte nicht an Schulen tätig werden. Ebenso dürfen Schüler*innen die Schule in diesen Fällen nicht betreten. Nach § 28b i. V. m. § 32 IfSG können die Länder zur Verhinderung der Verbreitung von COVID-19 unter gewissen Voraussetzungen in Schulen eine Testpflicht sowie eine Maskenpflicht ab dem fünften Schuljahr vorschreiben. Bisher wurde von dieser Ermächtigung kein Gebrauch gemacht. Darüber hinaus gelten aktuell folgende Gesetze und (rechtliche) Vorschriften in Bezug auf den Bereich Schule:

→ Rahmenhygieneplan Schulen²:

Die in dem Rahmenhygieneplan aufgeführten Hygienemaßnahmen sind Beispielinhalte für die Erstellung eines hauseigenen Hygieneplans nach § 36 Abs. 1 IfSG, die an die Situation in der jeweiligen Schule angepasst und durch einrichtungsspezifische Details und Festlegungen ergänzt werden müssen.³

→ Thüringer Verordnung zur Regelung infektionsschutzrechtlicher Maßnahmen zur Eindämmung des Coronavirus SARS-CoV-2 (ThürSARS-CoV-2-IfS-MaßnVO) in der jeweils geltenden Fassung

¹ Coronavirus-Krankheit-2019

² Rahmenhygieneplan gemäß § 36 Infektionsschutzgesetz für Schulen und sonstige Ausbildungseinrichtungen, in denen Kinder und Jugendliche betreut werden (im Folgenden Rahmenhygieneplan Schulen), August 2011, abrufbar unter https://verbraucherschutz.thueringen.de/fileadmin/startseite/gesundheit/hygieneplanung/doc/rhpl_schulen.pdf.

³ Vgl. Punkt 1 Rahmenhygieneplan Schulen

3. Hygiene und Infektionsschutz als zentrale Elemente eines verantwortungsvollen Schulbetriebs insbesondere zu Zeiten von COVID-19

Die unumgänglichen und zentralen Infektionsschutzmaßnahmen sind Hygienemaßnahmen.

Zentrale Voraussetzung für alle an Schule Beteiligten ist die Beachtung von Vorgaben des Infektionsschutzes. Der Schulbetrieb muss so organisiert werden, dass alle Beteiligten am Infektionsschutz teilnehmen können. Die Schulleiter*innen und das pädagogische Personal gehen mit gutem Beispiel voran und sorgen zugleich dafür, dass Schüler*innen die Hygienehinweise beachten und umsetzen. Gerade jüngeren Schüler*innen kann es schwerfallen, aus eigener Verantwortung infektionsschützende Maßnahmen immer und überall einzuhalten. Daher werden weiterhin klare altersentsprechende Vorgaben und Hinweise benötigt.

4. Umgang mit Krankheitssymptomen⁴

Grundsätzlich gilt: Wer krank ist, soll zu Hause bleiben. Dies gilt unabhängig davon, ob ein COVID19-Verdacht besteht oder nicht.

Schüler*innen sowie pädagogisches und sonstiges schulisches Personal mit den **Symptomen Fieber, Husten, Halsschmerzen oder Störung des Geruchs- und/oder Geschmackssinns** (einzeln oder in Kombination miteinander auftretend) sollten bis zu **einer symptomfreien Phase von mindestens einem Tag nicht zur Schule kommen** und weder an Ganztags- noch an Ferienangeboten teilnehmen. Es sei denn, die Symptome sind durch eine andere, nicht infektiöse Erkrankung zu erklären.

Schüler*innen sowie pädagogisches und sonstiges schulisches Personal ohne Fieber, aber mit den **Symptomen laufende Nase, verstopfte Nasenatmung, gelegentliches Husten, Halskratzen oder Räuspern** können grundsätzlich zur Schule kommen. Voraussetzung ist, dass das Allgemeinbefinden nicht weiter eingeschränkt ist und die Person grundsätzlich arbeits- bzw. unterrichtsfähig ist. Darüber hinaus sind die **allgemeinen Hygienemaßnahmen** besonders zu beachten und sollte möglichst eine **qualifizierte Gesichtsmaske** entsprechend den Vorgaben getragen werden.⁵

Schüler*innen sowie pädagogisches und sonstiges schulisches Personal, bei denen **Kopfläuse oder deren Nissen** festgestellt wurden, dürfen die Schule sowie die Ganztags- und Ferienbetreuung **erst nach einer sachgerechten Behandlung** wieder besuchen. Eine Wiederholungsbehandlung nach 9-10 Tagen ist bei den meisten Behandlungsmethoden

⁴ Vgl. AWMF S3-Leitlinie Maßnahmen zur Prävention und Kontrolle der SARS-CoV-2-Übertragung in Schulen | Lebende Leitlinie, Kurzfassung Version 2.1, September 2022, abrufbar unter <https://www.awmf.org/leitlinien/detail/II/027-076.html>

⁵Vgl. Punkt 6.1

zwingend erforderlich. Nach §34 Abs. 5 IfSG sind die Sorgeberechtigten **in jedem Fall verpflichtet** die Schule über den Fund von Kopfläusen oder Nissen zu informieren, auch wenn bereits eine Behandlung durchgeführt wurde. Die Schule gibt die Information anonym an alle Kontaktpersonen weiter. Bei allen Kinder, die als Kontaktpersonen die gleiche Klasse oder Hortgruppe besuchen oder sonstigen engen Kontakt hatten, ist eine sorgfältige Kontrolle durch die Sorgeberechtigten erforderlich. Diese Kontrolle bestätigen die Eltern schriftlich und teilen eventuelle Funde umgehend der Schule mit.

5. Umgang mit vulnerablen Personengruppen in Bezug auf eine COVID-19-Erkrankung

In Bezug auf vulnerable Schüler*innen sowie pädagogisches und sonstiges schulisches Personal, für das ein stark erhöhtes Risiko für einen schweren Verlauf einer COVID-19-Erkrankung besteht, ist grundsätzlich durch die Einhaltung der allgemeinen Hygienemaßnahmen von einer Risikominimierung auszugehen. Zum Eigenschutz und Fremdschutz kann jede Person freiwillig eine Maske tragen.

Schwangere Personen

Ob sich für schwangeres Personal eine unverantwortbare Gefährdung im Sinne des Mutterschutzgesetzes⁶ in Bezug auf eine COVID-19-Erkrankung ergibt, ist im Rahmen der individuellen Gefährdungsbeurteilung durch den*die Schulleiter*in zu prüfen. Hierbei sind u.a. neben der Tätigkeit ggf. vorliegende relevante Grunderkrankungen sowie das Infektionsgeschehen an der konkreten Schule zu berücksichtigen. Das Aussprechen eines teilweisen oder vollständigen betrieblichen Beschäftigungsverbots stellt das letzte geeignete Mittel (ultima ratio) dar. Aktuelle Informationen sind auf den Seiten der Staatlichen Schulämter⁷ sowie auf der Seite des Thüringer Landesamtes für Verbraucherschutz (TLV) zum Mutterschutz⁸ zu finden. Handlungsleitend sind aktuell die „Empfehlung zur mutterschutzrechtlichen Bewertung von Gefährdungen durch SARS-CoV-2“ des Ausschusses für Mutterschutz beim BMFSFJ (Stand 02.09.2022)⁹ sowie das Merkblatt „Schutzmaßnahmen für schwangere Frauen in einem Beschäftigungsverhältnis – Informationen zum Schutz werdender Mütter im Zusammenhang mit dem Coronavirus SARS-CoV-2/COVID-19“ des

⁶ Unabhängig von der Formulierung im Mutterschutzgesetz wird darauf hingewiesen, dass nicht nur Frauen schwanger werden können

⁷ Vgl. auf der Seite jedes Staatlichen Schulamtes jeweils unter dem Punkt „Mutterschutz in Thüringen“, z. B. beim Staatlichen Schulamt Südthüringen abrufbar unter <https://schulamt.thueringen.de/sued/gesundheits/arbeitschutz#c29878>.

⁸ Vgl. <https://verbraucherschutz.thueringen.de/arbeitschutz/mutterschutz>

⁹ Abrufbar unter https://www.ausschuss-fuer-mutterschutz.de/fileadmin/content/Dokumente/Empfehlung_AfMu_SARS-CoV.pdf (letzter Abruf: 13.02.2023)

Thüringer Landesamtes für Verbraucherschutz (Stand Dezember 2022). Für schwangere Schüler*innen gelten die Vorgaben für schwangeres Personal entsprechend.

6. Allgemeine Empfehlungen zum Infektionsschutz¹⁰

6.1 Hinweise zu qualifizierten Gesichtsmasken

Eine Verpflichtung zum Tragen einer qualifizierten Gesichtsmaske besteht nur für positiv getestete Personen auf eine COVID-19-Infektion mittels Antigenschnelltest, PCR-Test oder Test mittels alternativem Nukleinsäure-Amplifikationsverfahren. Ansonsten besteht keine Maskenpflicht. Schüler*innen und Personal können freiwillig eine Maske tragen. Das Tragen einer Maske kann dazu beitragen, Infektionen zu verhindern sowie sich und andere Personen zu schützen. Darüber entscheidet jede Person für sich selbst. Insbesondere im Zusammenhang mit auftretenden SARS-CoV-2-Infektionen sowie bei hoher Krankheitslast oder der Ausbreitung pathogenerer und besorgniserregender Virusvarianten (sog. Variants of concern – VOC) kann das Tragen einer qualifizierten Gesichtsmaske angebracht sein.

6.2 Allgemeine Hygienemaßnahmen

Im Schulgebäude sind in geeigneter Form adressatenspezifische Hinweise zum hygienischen Verhalten ausgehängt. (Beispiele vgl. Anlagen 2 und 3)

6.2.1 Persönliche Hygiene

Für die Handhygiene ist zu beachten:

- Mit den Händen wird nicht ins Gesicht gefasst, besonders nicht an die Nase und in die Augen.
- Die Hände werden mehrmals am Tag mit Seife für 20 – 30 Sekunden (2x Happy Birthday singen) gewaschen.
- Gegenstände wie z. B. Trinkbecher, persönliche Arbeitsmaterialien, Stifte sollen nur im geringen Maß mit anderen Personen geteilt werden.
- Türklinken werden möglichst nicht mit der ganzen Hand berührt und ggf. mit dem Ellenbogen geöffnet.

Die bekannte **Husten- und Niesetikette** ist die wichtigste Präventionsmaßnahme. Dies bedeutet Husten und Niesen in die Armbeuge. Beim Husten oder Niesen Abstand zu anderen Personen halten; am besten wegrehen.

¹⁰ Vgl. die Vorgaben im Rahmenhygieneplan Schulen

Händedesinfektion ist nur in besonderen Fällen erforderlich, z. B. beim Kontakt mit Blut, Urin, Erbrochenem.

6.2.2 Hygiene im Sanitärbereich

In allen Sanitärbereichen müssen ausreichend Flüssigseifenspender und Einmal-Handtücher bereitgestellt und regelmäßig aufgefüllt werden. Dafür trägt der Hausmeister Sorge.

6.3 Lüften

Innenräume sollten mit einem möglichst hohen Luftaustausch und Frischluftanteil versorgt werden. Zugleich hat der*die Schulleiter*in sicherzustellen, dass aus Gründen des Arbeitsschutzes insbesondere im Herbst und Winter Mindesttemperaturen zwischen 19 und 20 Grad Celsius in den Innenräumen eingehalten werden.¹¹ Es wird empfohlen, die in nahezu allen Klassenräumen einer Schule vorhandenen CO₂-Messgeräte zu verwenden. Dadurch wird das Lüftungsverhalten positiv beeinflusst. Grundsätzlich ist eine durch das CO₂-Messgerät angezeigte CO₂-Konzentration bis zu 1.000 ml/m³ bzw. ppm akzeptabel.¹² Kann die CO₂-Konzentration im Mittelwert bei 1.000 ppm oder kleiner gehalten werden, gilt der Raum als ausreichend belüftet. In Zeiten eines hohen Infektionsgeschehens in Bezug auf Corona oder Influenza wird empfohlen, deutlich häufiger und intensiver zu lüften und die CO₂-Konzentration von 1.000 ppm zu unterschreiten. Der*die Schulleiterin sollte sicherstellen, dass das pädagogische und sonstige schulische Personal mit dem Umgang und der Handhabung der CO₂-Messgeräte vertraut ist. Die CO₂-Messgeräte sollten im Atemhöhenbereich im Klassenraum aufgestellt werden (weit entfernt von den Fenstern bzw. der Frischluftzufuhr) und mit einer Konzentrationsmesswertanzeige (in ppm) ausgestattet sein – ggf. ergänzt durch Farbsignale (CO₂-Ampel) als Hinweis darauf, wann und wie lange Fenstern zu öffnen sind.¹³ Regelmäßiges Stoß- bzw. Querlüften sind elementar, Kipplüften ist nicht ausreichend. Die Klassenräume sollten mehrmals täglich mindestens alle 20 Minuten

¹¹ Vgl. ausführlich dazu die Technische Regel für Arbeitsstätten – Raumtemperatur, ASR A3.5, abrufbar unter <https://www.baua.de/DE/Angebote/Rechtstexte-und-Technische-Regeln/Regelwerk/ASR/ASR-A3-5.html>

¹² Vgl. ausführlich dazu die Technische Regel für Arbeitsstätten – Lüftung, ASR A3.6, abrufbar unter <https://www.baua.de/DE/Angebote/Rechtstexte-und-Technische-Regeln/Regelwerk/ASR/ASR-A3-6.html>

¹³ Vgl. hierzu die Stellungnahme der DGHK zu Lüftungskonzepten in Schulen als Teil eines Bündelkonzeptes unter Berücksichtigung von Wirksamkeit, Nachhaltigkeit und Kosten vom 2. August 2022, abrufbar unter <https://www.krankenhaushygiene.de/informationen/902>.

sowie in jeder Pause durchlüftet werden. Beim Lüften ist die Aufsichtspflicht zu beachten. Für weitere Informationen beachte Anlage 1 „Hinweise zum Lüften der Unterrichtsräume“.

7. Schulspeisung

Die Schülerspeisung liegt in der Verantwortung des Schulträgers. Der Schulträger kann ein eigenes Hygieneschutzkonzept für die Schülerspeisung erstellen oder ggf. die*den Anbieter verpflichten.

8. Erste Hilfe

Es gilt für jede Person die Pflicht zur Hilfeleistung. Ersthelfende müssen immer darauf achten, sich selbst zu schützen. Sofern es die jeweilige Situation erlaubt, sollten zur Minimierung des gegenseitigen Ansteckungsrisikos sowohl die hilfeleistende als auch die hilfebedürftige Person eine qualifizierte Gesichtsmaske tragen, die die ersthelfende Person auch für die hilfebedürftige Person – falls verfügbar – vorhält. Bei bedrohlichen Situationen, bei denen eine Herz-Lungen-Wiederbelebung erforderlich ist bzw. erforderlich wird, haben lebensrettende Maßnahmen absoluten Vorrang. Falls es die jeweilige Situation zulässt, sollten Hygienemaßnahmen und das Tragen einer qualifizierten Gesichtsmaske eingehalten werden. Wenn im Zuge einer Erste-Hilfe-Maßnahme eine Herz-Lungen-Wiederbelebung erforderlich ist, steht in erster Linie die Herzdruckmassage und – falls vorhanden – die Anwendung eines automatisierten externen Defibrillators (AED) im Vordergrund.

Anlagen

Anlage 1: Hinweise zum Lüften der Unterrichtsräume

(auf Grundlage der Empfehlungen der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung, des Umweltbundesamtes und der Deutschen Gesellschaft für Krankenhaushygiene)

Häufiges und richtiges Lüften kann helfen, ein Übertragungsrisiko von anhaftenden Krankheitserregern an Aerosolen deutlich zu reduzieren. Lüften ist ein wichtiger Bestandteil der aktuellen Infektionsschutzmaßnahmen (AHA + L Regeln: Abstandhalten, Händehygiene, Alltagsmaske und „L“ für Lüften). Regelmäßiges Lüften verringert die Effekte von zu viel CO₂ und kann Kopfschmerzen, Müdigkeit, Konzentrationsmangel und Leistungsverlust vorbeugen. Beim Lüften ist die Aufsichtspflicht zu beachten.

Hinweise für regelmäßiges, effektives Lüften im Schulbereich:

- Fenster und Fensterbänke sind für das Lüften frei zu räumen und frei zu halten.
- Vor Beginn des Unterrichtstages und nach Unterrichtschluss erfolgt eine gründliche Lüftung der Räume durch Stoßlüftung (mindestens 15 Minuten) über Fenster und Türen.
- Weitere Stoßlüftungen des Unterrichtsraumes erfolgen:
 - in jeder Pause (nach 45 Minuten) über die gesamte Pausendauer, auch während der kalten Jahreszeit.
 - während des Unterrichts ca. alle 20 Minuten (mindestens zwei Fenster, möglichst die beiden äußeren Fenster). Bei kalten Außentemperaturen im Winter ist ein Lüften von ca. 3 bis 5 Minuten ausreichend. Am warmen Tagen muss länger gelüftet werden (ca. 10 bis 20 Minuten). Bei heißen Wetterlagen im Hochsommer, wenn die Lufttemperaturen außen und innen ähnlich hoch sind, sollten die Fenster durchgehend geöffnet werden.

Noch besser als Stoßlüften ist Querlüften. Das bedeutet, dass gegenüberliegende Fenster gleichzeitig weit geöffnet werden. In Schulen kann das Querlüften auch durch weit geöffnete Fenster auf der einen Seite und der Fenster im Flur auf der gegenüberliegenden Seite realisiert werden. Die Unterrichtsräume, in denen die Fenster nicht geöffnet werden können bzw. die Lüftungssituation nicht verbessert werden kann, sind aus innenraumhygienischer Sicht nicht für den Unterricht geeignet. Sofern in den Schulen vorhanden, sollten Ventilator-Fensterlüftungssysteme genutzt werden, da Fensterlüften mit einfachen technischen Hilfsmitteln wie Ventilatoren, Abzugshauben und CO₂- Monitoren nicht nur kostengünstig und

leicht realisierbar ist, sondern auch besonders effektiv, um eine gesunde Raumluft zu gewährleisten.¹⁴

Mobile Luftreinigungsgeräte sind nicht als Ersatz, sondern als Ergänzung zum aktiven Lüften geeignet, da mit ihnen keine Raumluft gegen Außenluft ausgetauscht wird. Bei allen Maßnahmen ist zu beachten, dass Verletzungsgefahren durch offene Fenster vermieden werden. Das schulische Infektionsschutzkonzept enthält Regelungen zur Lüftung für alle Unterrichtsräume (Lüftungskonzept). Zur Umsetzung und Ermittlung spezifischer Lüftungsintervalle für die Unterrichtsräume können unter anderem hilfreich sein:

- ➔ CO₂-Rechner der DGUV <https://www.unfallkasse-nrw.de/sicherheit-undgesundheitschutz/betriebsart/schulen/lueftungsmassnahmen-im-unterricht/co2-rechner.html>
- ➔ kostenloser CO₂-Timer (APP) des Instituts für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IFA) und der Unfallkasse Hessen (UKH).
- ➔ Aus Personenzahl, Aufenthaltsdauer und Raumvolumen wird die voraussichtliche CO₂-Konzentration errechnet und es werden Hinweise gegeben, wann und wie oft gelüftet werden sollte.
- ➔ Nutzung von CO₂-Messgeräten: Eine erhöhte CO₂-Konzentration lässt zwar keine Aussage über virushaltige Aerosole zu, aber sie deutet darauf hin, dass zu lange nicht gelüftet wurde und daher auch das Infektionsrisiko erhöht sein kann.

¹⁴ Vgl. hierzu die Stellungnahme der DGHK zu Lüftungskonzepten in Schulen als Teil eines Bündelkonzeptes unter Berücksichtigung von Wirksamkeit, Nachhaltigkeit und Kosten vom 2. August 2022, abrufbar unter <https://www.krankenhaushygiene.de/informationen/902>

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.

Richtig Händewaschen

1. Wasser marsch!

Zunächst die Hände unter fließendes Wasser halten.

2. Einseifen!

Die Hände sanft mit Seife einreiben – nicht nur die Handinnenflächen, sondern auch Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume und Daumen.

3. Zeit lassen!

Gründliches Händewaschen dauert mindestens 20 bis 30 Sekunden. Kinder können währenddessen bis 30 zählen oder ein Händewaschlied singen.

4. Runter damit!

Danach den Seifenschaum gut unter fließendem Wasser abspülen.

5. Trocknen!

Anschließend die Hände gründlich abtrocknen. Am besten mit einem eigenen, sauberen Handtuch oder unterwegs mit Einmaltüchern.



