

# Achtung

## Merkblatt für Teilnehmer\*innen

Stand 12.06.2020

Die/der Teilnehmer\*in hält sich eigenverantwortlich in den Kursräumen auf.

**Mitzubringen sind:** Mund-Nasen-Schutz (Achtung: in München FFP2 Maske erforderlich!), Pflegemittel für die Hände, Handtuch, Verpflegung (Getränke, Essen)

### 1. Allgemeine Hygieneregeln:

- Kommen Sie nur zum Unterricht, wenn Sie sich gesund fühlen. Sobald Sie Corona-ähnliche Erkältungssymptome (Fieber, Husten, Halsweh etc.) bemerken, bleiben Sie zuhause. Ebenso, wenn Sie Kontakt zu infizierten Personen hatten. Informieren Sie uns über diese Aspekte.
- Mit den Händen nicht in das Gesicht fassen, insbesondere die Schleimhäute nicht berühren, d.h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
- Keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln.
- Gründliche Händehygiene (z. B. nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen; nach Kontakten mit öffentlichen Gegenständen, vor und nach dem Essen; vor dem Aufsetzen und nach dem Abnehmen einer Schutzmaske, nach dem Toiletten-Gang) durch
  - Händewaschen mit Seife für 20 – 30 Sekunden (siehe auch <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen>) oder
  - Händedesinfektion: Das sachgerechte Desinfizieren der Hände ist dann sinnvoll, wenn ein gründliches Händewaschen nicht möglich ist. Dazu muss Desinfektionsmittel in ausreichender Menge in die trockene Hand gegeben und bis zur vollständigen Abtrocknung ca. 30 Sekunden in die Hände einmassiert werden. Dabei ist auf die vollständige Benetzung der Hände zu achten (siehe auch [www.aktion-sauberehaende.de](http://www.aktion-sauberehaende.de)).
  - Öffentliche Gegenstände wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. ist der Ellenbogen zu benutzen.
- Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegdrehen.
- Mund-Nasen-Schutz: Durch das Tragen von Mund-Nasen-Schutz (MNS, medizinische OP-Maske) oder einer textilen Barriere (Mund-Nasen-Bedeckung MNB, community mask oder Behelfsmaske) können Tröpfchen, die man z.B. beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz). Achtung: In München sind aufgrund der örtlichen Bestimmungen FFP2 Masken erforderlich!

Es empfiehlt sich überall dort, wo der Mindestabstand von 1,50 Meter nicht eingehalten werden kann, MNB zu tragen. Dies darf aber nicht dazu führen, dass der Abstand unnötigerweise verringert wird. Im Unterricht ist das Tragen bei gewährleistetem Sicherheitsabstand nicht erforderlich.

- Nach Absetzen der Maske sollten die Hände unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln gründlich gewaschen werden.
- Die Maske sollte nach dem Abnehmen in einem Beutel o.ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt oder sofort gewaschen werden.
- Masken sollten bei Durchfeuchtung oder Verschmutzung und ansonsten täglich bei mindestens 60 Grad gewaschen und anschließend getrocknet werden.
- In die Maske kann zusätzlich ein Vliesstoff (Einmaltaschentuch, Küchentuch o.ä. eingelegt werden, was während des Tages getauscht werden kann).

## **2. Hygiene Vorgaben vor Ort**

- Die WC-Räume dürfen nur noch von einer Person zurzeit betreten werden (Abstandsgebot)
- Desinfizieren Sie sich die Hände beim Betreten des Gebäudes
- Die Teeküchen inkl. Wasserspender müssen leider aus hygienischen Vorsichtsmaßnahmen gesperrt werden. Bitte bringen Sie sich ausreichend zu essen und zu trinken mit.
- Die Lernenden sollen feste Plätze beibehalten und möglichst weder Räume noch Plätze wechseln. Es werden Sitzpläne erstellt, um im Falle einer Infektion die Kontakte besser nachvollziehen zu können
- Gemeinschaftliche Nutzung von Gegenständen im Rahmen des Unterrichtes soll unterbleiben. Dies betrifft Gegenstände von Lernenden gemeinsam, aber auch Flip-Chart-Stifte oder Präsentationstechniken.
- Gehen Sie ausdrücklich bitte möglichst während der Unterrichtszeiten zum WC, um Stoßzeiten zu vermeiden.
- Bleiben Sie in den Pausen möglichst im Klassenraum
- Lüften Sie den Unterrichtsraum alle 5-10 Minuten gründlich mittels Stoßlüftung (Kipp-  
lüftung kann zusätzlich erfolgen, die wirkungsvollere Stoßlüftung ist unabdingbar)
- Versammeln Sie sich bitte in Ihrem eigenen Interesse weder vor noch nach dem Unterricht draußen oder in den Vorräumen. Halten Sie in jeder Situation, wenn möglich den Mindestabstand von 1,5 m ein, auch draußen!