

# Gesund arbeiten – Das können Sie jetzt tun!

## 1. Zu Hause

- Machen Sie sich nur auf den Weg zur Arbeit, wenn Sie gesund sind.
- Bei Krankheitssymptomen wie Husten oder Fieber, rufen Sie Hausarzt/Hausärztin oder 116 117 an.



## 2. Im Betrieb

- Waschen Sie Ihre Hände mit Seife, wenn Sie im Betrieb angekommen sind.
- Halten Sie Abstand zu Kollegen.
- Lüften Sie nach Möglichkeit regelmäßig.
- Reinigen Sie gemeinsam genutzte Tastaturen, Telefone u. a. regelmäßig.
- Benutzen Sie Einmaltaschentücher.



## 3. In der Pause

- Halten Sie Abstand zu Kollegen – auch beim Spaziergang an der frischen Luft.
- Setzen Sie sich am Tisch nicht direkt gegenüber von anderen Personen.
- Waschen Sie sich vor und nach dem Essen Ihre Hände mit Seife.
- Waschen Sie sich nach der Pause Ihre Hände mit Seife, wenn Sie an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren.

## 5. Wieder zu Hause

- Waschen Sie Ihre Hände mit Seife, wenn Sie wieder zu Hause angekommen sind.
- Lüften Sie Ihre getragene Kleidung gut durch.



## 4. Bei Besprechungen

- Nutzen Sie, sofern möglich, Video- oder Telefonkonferenzen.
- Vermeiden Sie unnötig große Gruppenmeetings in einem Raum.
- Lassen Sie immer ausreichend Platz zwischen den Teilnehmern frei und halten Sie Abstand.
- Geben Sie keine Anwesenheitsliste mit einem Kugelschreiber herum.
- Waschen Sie Ihre Hände vor und nach Besprechungen mit Seife.

