

## Anleitung: Hände gründlich waschen



Halten Sie die Hände zunächst unter fließendes Wasser. Die Temperatur können Sie so wählen, dass sie angenehm ist.



Seifen Sie dann die Hände gründlich ein – sowohl Handinnenflächen als auch Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume und Daumen. Denken Sie auch an die Fingernägel.



Gründliches Händewaschen dauert ca. 30 Sekunden. Kinder können auch zweimal das Geburtstagslied Happy Birthday singen.



Danach die Hände unter fließendem Wasser abspülen.



Zum Schluss werden die Hände sorgfältig mit einem Einmalhandtuch abgetrocknet.

## Anleitung: Durchführung der Händedesinfektion

Das Händedesinfektionsmittel (begrenzt-viruzid) wird mittels Desinfektionsmittelpender entnommen. Eine Sprühdesinfektion wird nicht empfohlen (mangelnde Dosierung dadurch fehlende Wirkung; Aerosolbildung). Halten Sie dazu eine Hand unter den Spender und betätigen Sie ihn zwei- bis dreimal für etwa drei Milliliter Flüssigkeit. Nutzen Sie dafür den Ellbogen und nicht die andere Hand. Die weiteren Schritte können der Anleitung Schritt 1 bis 6 entnommen werden. Die Einwirkzeit muss je nach Desinfektionsmittel beachtet werden beträgt in der Regel aber meist 30 Sekunden. Solange sollten die Hände mit Desinfektionsmittel benetzt sein. Eine Händedesinfektion unmittelbar nach dem Händewaschen kann unwirksam sein, da sich das Desinfektionsmittel aufgrund der zum Teil noch feuchten Hände weiter verdünnt.



Berater: Maximilian Lang  
Gesundheitsbeauftragter

Prüfer: Georg Keil  
Geschäftsführung

Freigeber: Martin Birner  
1. Bürgermeister



# Mund-Nasen-Schutz tragen



1) Vor dem Anlegen **Hände waschen** nicht vergessen. Dann Maske **auf Defekte untersuchen**: Falls Mängel, Löcher oder Risse sichtbar sind, Maske entsorgen.

2) Auf **richtige Ausrichtung** achten: Die Innenseite der meisten medizinischen Masken ist weiß.

3) Maske **über Mund und Nase stülpen** und je nach Art (Gummiband, Ohrschlaufen, Bänder etc.) befestigen. Falls erforderlich, auch unteres Band festbinden.

4) Maske über dem Gesicht und unter dem Kinn **anpassen**.

5) Oberkante mit **Nasenstück korrekt ausrichten** und an Form der Nase anpassen.

6) Falls Sie die Maske nach Verwendung zwischenzeitlich ablegen, sollte sie **luftdicht** (z. B. in einem separaten Beutel oder einer Frischhaltedose) aufbewahrt werden.

7) Zum Ablegen der MNM **greifen Sie diese von hinten an der Seite** und berühren sie nicht die Vorder- oder Innenseite.

Berater: Maximilian Lang  
Gesundheitsbeauftragter

Prüfer: Georg Keil  
Geschäftsführung

Freigeber: Martin Birner  
1. Bürgermeister