

Wichtigste Maßnahmen zur persönlichen Hygiene

1. PERSÖNLICHE HYGIENE

Bei Krankheitszeichen (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust des Geschmacks-/Geruchssinn, Halsschmerzen, Gliederschmerzen) auf jeden Fall zu Hause bleiben.
Mindestens 1,50 m Abstand halten

Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere die Schleimhäute 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 der Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln; vor und nach dem Essen; nach dem Toilettengang oder nach Betreten des Klassenraums)

durch a) Händewaschen mit Seife für 20 – 30 Sekunden. Die Wassertemperatur hat keinen Einfluss auf die Reduktion der Mikroorganismen. Viel wichtiger sind die Dauer des Händewaschens und das Maß der Reibung beim Einseifen der Hände (siehe auch <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/>)

oder b) 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).

Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. Ellenbogen 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 (MNS) oder eine textile Barriere (Mund-Nasen-Bedeckung MNB, community mask oder Behelfsmaske) tragen. Damit 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). Diese Masken sollten zumindest in den Pausen und bei der Schülerbeförderung getragen werden. Dies darf aber nicht dazu führen, dass der Abstand unnötigerweise verringert wird. Im Unterricht ist das Tragen von Masken bei gewährleistetem Sicherheitsabstand nicht erforderlich. Trotz MNS oder MNB sind die gängigen Hygienevorschriften, insbesondere die aktuellen Empfehlungen des Robert Koch-Instituts und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, zwingend weiterhin einzuhalten.

Folgende Hinweise des Bundesamtes für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) sind zu beachten:

Auch mit Maske sollte der von der WHO empfohlene Sicherheitsabstand von mindestens 1.50 m zu anderen Menschen eingehalten werden.

Die Hände sollten vor Anlegen der Maske gründlich mit Seife gewaschen werden. Beim Anlegen einer Maske ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht kontaminiert wird. Die Maske muss richtig über Mund, Nase und Wangen platziert sein und an den Rändern möglichst eng anliegen, um das Eindringen von Luft an den Seiten zu minimieren. Bei der ersten Verwendung sollte getestet werden, ob die Maske genügend Luft durchlässt, um das normale Atmen möglichst wenig zu behindern. Eine durchfeuchtete Maske sollte umgehend abgenommen und ggf. ausgetauscht werden. Die Außenseite, aber auch die Innenseite der gebrauchten Maske ist potentiell erregert. Um eine Kontamination der Hände zu verhindern, sollten diese möglichst nicht berührt werden. Nach Absetzen der Maske sollten die Hände unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln gründlich gewaschen werden. Eine mehrfache Verwendung an einem Tag (Fahrt im Schulbus, Pause, Fahrt im Schulbus) ist unter Einhaltung der Hygieneregeln möglich. Eine zwischenzeitliche Lagerung erfolgt dabei trocken an der Luft (nicht in geschlossenen Behältern!), sodass Kontaminationen der Innenseite der Maske/des MNS, aber auch Verschleppungen auf andere Oberflächen vermieden werden. Die Maske sollte nach abschließendem Gebrauch in einem Beutel o.ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt oder sofort gewaschen werden. Die Aufbewahrung sollte nur über möglichst kurze Zeit erfolgen, um vor allem Schimmelbildung zu vermeiden. Masken sollten täglich bei mindestens 60 Grad gewaschen und anschließend vollständig getrocknet werden. Sofern vorhanden, sollten unbedingt alle Herstellerhinweise beachtet werden.

2. RAUMHYGIENE: KLASSENÄRUME, FACHÄRUME, AUFENTHALTSÄRUME UND FLURE

Zur Vermeidung der Übertragung durch Tröpfcheninfektion muss auch im Schulbetrieb ein Abstand von mindestens 1,50 Metern eingehalten werden. Das bedeutet, dass die Tische in den Klassenräumen entsprechend weit auseinandergestellt sind und damit deutlich weniger Schülerinnen und Schüler pro Klassenraum zugelassen sind als im Normalbetrieb. Abhängig von der Größe des Klassenraums sind das maximal 15 Schülerinnen und Schüler. Partner- und Gruppenarbeit sind nicht möglich.

HYGIENE IM SANITÄRBEREICH

In allen Toilettenräumen sind Flüssigseifenspender und Einmalhandtücher bereitgestellt; sie werden regelmäßig aufgefüllt. Die entsprechenden Auffangbehälter für Einmalhandtücher und Toilettenpapier sind vorhanden. Damit sich nicht zu viele Schülerinnen und Schüler zeitgleich in den Sanitärräumen aufhalten, wird eine Eingangskontrolle durchgeführt werden. Am Eingang der Toiletten wird durch Aushang darauf hingewiesen, dass sich in den Toilettenräumen stets nur einzelne Schülerinnen und Schüler (Zahl in Abhängigkeit von der Größe des Sanitärbereichs) aufhalten dürfen.

INFEKTIONSSCHUTZ IN DEN PAUSEN

Auch in den Pausen muss gewährleistet sein, dass Abstand gehalten wird. Ein Pausen-/Kioskverkauf kann nicht angeboten werden.

INFEKTIONSSCHUTZ BEIM SPORTUNTERRICHT

Sportunterricht kann aus Gründen des Infektionsschutzes derzeit nur als theoretischer Unterricht in der MSS 11 und MSS 12 durchgeführt werden.

PERSONEN MIT EINEM HÖHEREN RISIKO FÜR EINEN SCHWEREN COVID- 19-KRANKHEITSVERLAUF

Bei bestimmten Personengruppen ist das Risiko für einen schweren COVID-19- Krankheitsverlauf höher (siehe Hinweise des Robert Koch-Instituts

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html).

Dazu zählen insbesondere Menschen mit vorbestehenden Grunderkrankungen wie • **Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems (z. B. koronare Herzerkrankung und Bluthochdruck)** • **chronische Erkrankungen der Lunge (z. B. COPD)** • **chronischen Lebererkrankungen** • **Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)** • **Krebserkrankungen** • **ein geschwächtes Immunsystem (z. B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder durch die regelmäßige Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr beeinflussen und herabsetzen können, wie z.B. Cortison)** **Schülerinnen und Schülern, die unter einer oder mehreren Vorerkrankungen leiden, wird empfohlen, zuhause zu bleiben. Gleiches gilt, wenn im Haushalt Personen (Eltern, Geschwisterkinder) mit einem höheren Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf leben.**

WEGEFÜHRUNG

Wir achten darauf, dass nicht alle Schülerinnen und Schüler gleichzeitig über die Gänge zu den Klassenzimmern und in die Schulhöfe gelangen. Die Schule hat ein Wegekonzept entwickelt. Für räumliche Trennungen gibt es Abstandsmarkierungen auf dem Boden oder den Wänden. An den Wartepunkten für den Schülerverkehr bzw. den öffentlichen Personennahverkehr müssen nach Schulschluss die Abstands- und Hygieneregeln auch dort eingehalten werden.