COVID-19 – Allgemeine Verhaltensregeln

Merkblatt für Schülerinnen und Schüler

EMPFEHLUNG: JEDEN MORGEN TEMPERATUR MESSEN

Wenn möglich solltest du jeden Morgen deine Temperatur messen, bevor du in die Schule gehst. Denk dran: Bei 37,5 bis 38,4 Grad sprechen Mediziner von **erhöhter Temperatur**. Erst ab 38,5 Grad spricht man von **Fieber.**

DENK AN DEINE SCHUTZMASKE

Außerhalb des Klassenzimmers immer einen Mund-Nasen-Schutz tragen

MÖGLICHST GROßEN ABSTAND ZU ANDEREN EINHALTEN

Geh nicht zu nah an andere heran, **halte mindestens 1,5 Meter** Abstand
Das gilt auch **in den Pausen** und beim **Betreten** und **Verlassen** des Schulgebäudes

DIREKTEN KÖRPERKONTAKT VERMEIDEN

Also keine Umarmung, kein Handshake, kein High Five...

GRÜNDLICH HÄNDE MIT SEIFE WASCHEN

Wasche dir regelmäßig und gründlich die Hände mit Seife (20-30 Sekunden lang = zweimal "Happy Birthday" summen)

MUND, NASE UND AUGEN NICHT BERÜHREN

All das sind Übertragungswege, über die du dich infizieren kannst

NIES- UND HUSTENETIKETTE EINHALTEN

Wenn du niesen oder husten muss: Nicht in die Hand, sondern in die Armbeuge niesen oder husten – oder in ein Papiertaschentuch, das du sofort danach entsorgst

KEINE GEGENSTÄNDE MIT DEINEN MITSCHÜLERN NUTZEN

und auch sonst auf Hygiene achten – zum Beispiel nicht mit mehreren zur Toilette gehen

Bleibe bei (coronaspezifischen) Krankheitszeichen unbedingt zuhause! Dazu gehören u. a.:

- Fieber
- trockener Husten
- Atemprobleme
- Verlust Geschmacks-/ Geruchssinn
- Hals- und Gliederschmerzen
- Übelkeit (Erbrechen, Durchfall)

Solltest du Symptome entwickeln, kontaktiere <u>telefonisch</u> deinen Hausarzt und informiere <u>umgehend</u> die Schulleitung!