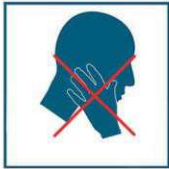


Vorsorge

zur Hygiene und Sicherheit:



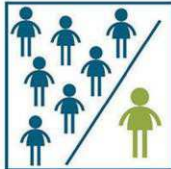
Hände regelmäßig mit Seife waschen



Hände aus dem Gesicht fernhalten



in die Armbeuge niesen und husten



Abstand halten, kein Handschütteln, keine Umarmung



geschlossene Räume regelmäßig lüften



beim Sitzen und Yoga mindestens 1-2 Meter Abstand halten

Anleitung zum korrekten Händewaschen und Desinfizieren

Wasche deine Hände mindestens 20 Sekunden. Desinfizieren mindestens 30 Sekunden



1: Befeuchten Sie Hände und Handgelenke mit Wasser und Seife oder mit 2 ml Handdesinfektionsmittel.



2: Handfläche auf Handfläche reiben.



3: Rechte Handfläche über linken Handrücken reiben und umgekehrt.



4: Handfläche auf Handfläche legen und in den Fingerzwischenräumen verreiben.



5: Außenseite der Finger auf gegenüberliegender Handfläche reiben.



6: Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der linken Handfläche und umgekehrt.



7: Kreisendes Reiben der rechten Fingerkuppen in der linken Handfläche und umgekehrt.



8: Kreisendes Reiben beider Handgelenke.



Tröpfcheninfektion bzw. Infektion durch Atemluft

Es kann davon ausgegangen werden, dass die hauptsächliche Übertragung über Tröpfchen bzw. die Atemluft erfolgt, z. B. durch Husten, Niesen oder engen Kontakt von Angesicht zu Angesicht



Kontaktinfektion

Der Hauptübertragungsweg scheint die Tröpfcheninfektion oder die Atemluft zu sein. **Z.B. durch direktes Anhusten oder Körperkontakt mit einer kranken Person. Theoretisch möglich sind auch Schmierinfektion und eine Ansteckung über die Bindehaut der Augen.**



Dauer der Ansteckungsgefahr durch Tröpfchen

Vorläufige Arbeiten zeigen, dass das neue Coronavirus rund **72 Stunden auf Oberflächen wie Kunststoff und Edelstahl** überleben kann. Auf glatten Oberflächen mehrere Tage überleben - und auch so lange ansteckend bleiben.

Es gibt derzeit keinen Fall,

bei dem nachgewiesen ist, dass sich Menschen etwa über den Verzehr kontaminierter Lebensmittel oder durch importiertes Spielzeug mit dem neuen Coronavirus infiziert haben. Experten halten eine Infektion über diesen Weg



für unwahrscheinlich.

Wie lange bleibt man ansteckend?

Aktuell geht man von einer Inkubationszeit von bis zu 14 Tagen aus. Vereinzelt wurde berichtet, dass sogar Infizierte das Virus übertragen haben, die noch gar keine Symptome hatten. Das ist ein wichtiger Faktor für die Bewertung, wie leicht sich eine Krankheit ausbreiten kann. Denn besonders gefährlich werden Viren, wenn sie sehr schnell von Mensch zu Mensch wandern. Das schließt allerdings nicht aus, dass es nicht in anderen Fällen zu einer Übertragung noch während der Inkubationszeit gekommen ist.