

Information zum Thema Coronavirus:

Bis auf weiteres eingeschränkter Besucherverkehr und keine Sprechzeiten in den Vor-Ort-Büros

Im Sinne der Vermeidung einer Verbreitung des Coronavirus werden wir ab sofort den Besucherverkehr in unseren Vor-Ort-Büros einschränken. Die von uns festgelegten Sprechzeiten sind demzufolge bis auf weiteres aufgehoben. Sie können selbstverständlich weiterhin Kontakt zu uns aufnehmen unter: qm.falkenhagener.feld.ost@gesopmbh.berlin oder qm.falkenhagener.feld.west@gesopmbh.berlin, außerdem sind wir jederzeit telefonisch für Sie erreichbar unter folgenden Nummern:

QM FF Ost: 030 20098961

QM FF West: 030 30360802

Ihre QM-Teams Falkenhagener Feld Ost und West

Was wir tun können, um uns und andere vor der Infektion mit COVID-19 zu schützen...

Hier eine Auflistung von Regeln, die Ihnen dabei helfen können sich und Ihre Familie vor eine Ansteckung mit dem Covid-19 Virus zu schützen:

- Häufiger Händewaschen mit Wasser und Seife für 20 Sekunden
- Auf Umarmungen und Händeschütteln verzichten
- Nicht in die Hand oder den Raum Husten oder Niesen, immer ein Taschentuch benutzen
- Benutzte Papiertaschentücher sofort in dem Mülleimer entsorgen
- Nach dem schnäuzen der Nase immer Hände waschen
- Nie mit ungewaschenen Händen essen
- Vermeiden, mit den Händen das Gesicht zu berühren
- **Bringen Sie diese Regeln auch Ihren Kindern bei!**

Regeln außerhalb des Haushaltes:

- Versammlungen mit vielen Menschen vermeiden
- Wenn Treffen, dann regelmäßiges Lüften der Räume
- Bei Erkältung Zuhause bleiben bzw. den Hausarzt kontaktieren
- Keine kranken Kinder in die Schule oder den Kindergarten schicken
- Öffentliche Verkehrsmittel vermeiden, auf Reisen verzichten
- **Hygieneregeln weitersagen**
- **Sich gegenseitig unterstützen!**
Bspw. für Kranke Nachbar*innen einkaufen und trotz weniger Berührungen aufeinander achten!

Die sinnvollste Nachbarschaftshilfe und Solidarität ist nun die Kurve flach zu halten und zuhause zu bleiben.

Organisieren Sie sich als Hausgemeinschaft, helfen Sie sich gegenseitig und bleiben Sie bei guter Laune!

Corona Hygienetipps in russischer Sprache

Советы по гигиене короны на русском языке



infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.

предупредить инфекцию:

10 важнейших советов по гигиене

Ежедневно мы сталкиваемся с множеством возбудителей, такими как вирусы и бактерии. Простые гигиенические меры помогут защититься самим и защитить других от заражения инфекционными болезнями.

1. Регулярно мойте руки

- ▶ после улицы,
- ▶ до и во время приготовления пищи,
- ▶ до еды,
- ▶ после посещения туалета,
- ▶ после высмаркивания, кашля или чихания,
- ▶ до и после контакта с заболевшими,
- ▶ после контакта с животными.



3. Держите руки дальше от лица

- ▶ Не прикасайтесь немтыми руками ко рту, глазам или носу.



2. Мойте руки тщательно

- ▶ под проточной водой,
- ▶ намывивайте мылом со всех сторон,
- ▶ в течение 20–30 секунд,
- ▶ смойте мыло проточной водой,
- ▶ обсушите руки чистым полотенцем.

5. В случае болезни соблюдайте дистанцию

- ▶ Лечитесь дома.
- ▶ Сократите тесные контакты, пока вы заразны.
- ▶ Находитесь в отдельной комнате и по возможности используйте отдельный туалет.
- ▶ Не пользуйтесь общей посудой или полотенцами.



4. Чихайте и кашляйте правильно

- ▶ При чихании и кашле соблюдайте дистанцию и отворачивайтесь от других.
- ▶ Используйте платок или прикрывайте рот и нос локтевым сгибом.

7. Следите за чистотой в доме

- ▶ Регулярно проводите уборку, особенно в ванной и на кухне, с использованием обычных чистящих средств.
- ▶ После использования хорошо просушивайте тряпки для уборки. Регулярно меняйте их.



6. Прикрывайте раны

- ▶ Раны должны быть покрыты пластырем или повязкой.

9. Мойте посуду и стирайте бельё в горячей воде.

- ▶ Мойте кухонные приборы и принадлежности тёплой водой с использованием моющих средств или в посудомоечной машине.
- ▶ Стирайте кухонные полотенца, тряпки для мытья посуды или пола, постельное и нижнее бельё при температуре минимум 60 °C.



8. Соблюдайте гигиену при приготовлении пищи

- ▶ Всегда храните скоропортящиеся продукты охлаждёнными.
- ▶ Предотвращайте контакт сырых продуктов животного происхождения с продуктами, потребляемыми в сыром виде.
- ▶ Прогревайте мясо минимум до 70 °C.
- ▶ Тщательно мойте овощи и фрукты.



10. Регулярно проветривайте

- ▶ Закрытые помещения следует проветривать несколько раз в день.

Corona Hygienetipps in arabischer Sprache

في برعلا ة غللاب ة فاظنلا ليلك ال ا حى اصن

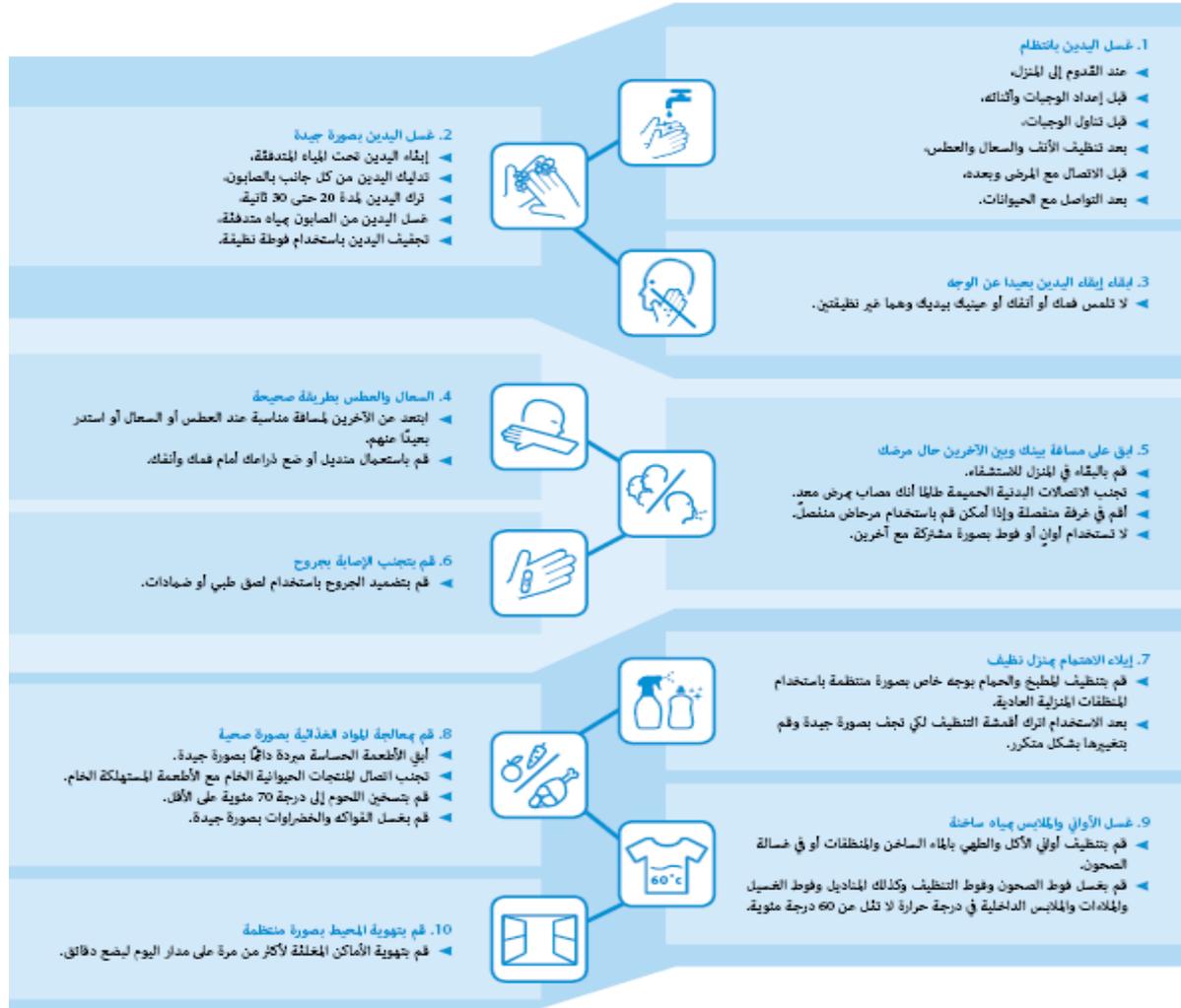


infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.

تجنب العدوى:

النصائح العشر الأكثر أهمية للنظافة الشخصية

في حياتنا اليومية نقابل الكثير من مسببات الأمراض مثل الفيروسات والبكتيريا، وتساهم إجراءات النظافة الشخصية البسيطة في وقاية النفس والآخرين من الإصابة بأمراض معدية.



Corona Hygienetipps in türkischer Sprache

Corona hijyen ipuçları Türkçe



infektionsschutz.de

Wissen, was schützt.

Enfeksiyonlara karşı önlem:

En önemli 10 hijyen ipucu

Günlük yaşamımızda virüs ve bakteri gibi birçok patojenle karşılaşırız. Basit hijyen önlemleri ile kendinizi ve başkalarını bulaşıcı enfeksiyon hastalıklarına karşı koruyabilirsiniz.

1. Düzenli olarak elleri yıkama

- ▶ Eve geldiğinizde,
- ▶ Yemek hazırlamadan önce ve hazırlarken,
- ▶ Öğünlerden önce,
- ▶ Tuvalette gittikten sonra,
- ▶ Bumunuzu sildikten, öksürdükten veya hapşırdıktan sonra,
- ▶ Hastalara temas etmeden önce ve etiketten sonra,
- ▶ Hayvanlara temas etmeden önce ve etiketten sonra.



2. Elleri iyice yıkama

- ▶ Elleri akan suyun altına tutun,
- ▶ Her tarafını sabunla ovalayın,
- ▶ 20 ila 30 saniye zaman ayırın,
- ▶ Akan suyun altında durulayın,
- ▶ Temiz bir havlu ile kurulayın.

3. Elleri yüzden uzak tutma

- ▶ Ellerinizi yıkamadan ağızınıza, gözlerinize veya bumunuza dokunmayın.



4. Doğru öksürme ve hapşıрма

- ▶ Öksürürken ve hapşırdığınızda diğer insanlara karşı mesafe bırakın ve sırtınızı dönün.
- ▶ Bir kağıt mendil kullanın ya da dirseğinizi ağızınız ve bumunuzun önüne koyun.



5. Hastalık durumunda mesafe bırakma

- ▶ Evde istirahat edin.
- ▶ Bulaşma riski devam ettiği sürece yakın temasta bulunmaktan sakının.
- ▶ Aynı bir odada bulunun ve mümkün olduğunca ayrı bir tuvalet kullanın.
- ▶ Yemek takımlarınızı veya havlularınızı başkaları ile birlikte kullanmayın.



6. Yaraları koruma

- ▶ Yaraları bir yara bandı veya pansuman ile kapatın.

7. Evin temiz olmasını sağlama

- ▶ Özellikle mutfak ve banyoyu, bilinen temizleyiciler ile düzenli olarak temizleyin.
- ▶ Temizlik bezlerini kullandıktan sonra iyice kurumaya bırakın ve sık sık değiştirin.



8. Gıdaları hijyenik işleme

- ▶ Hassas gıdaları daima serin bir şekilde muhafaza edin.
- ▶ Çiğ hayvansal ürünlerin çiğ olarak tüketilen gıdalara temas etmesini önleyin.
- ▶ Eti en az 70°C'de ısıtın.
- ▶ Sebze ve meyveleri iyice yıkayın.

9. Bulaşık ve çamaşırları sıcak yıkama

- ▶ Yemek ve mutfak gereçlerini sıcak su ve deterjan ile veya bulaşık makinesinde temizleyin.
- ▶ Yıkama bezlerini, temizlik bezlerini, ve el havlularını, lifleri, çarşafları ve iç çamaşırlarını en az 60°C'de yıkayın.



10. Sürekli havalandırma

- ▶ Kapalı odaları günde birkaç defa birkaç dakikalığına havalandırın.

Hilfreiche LINKS und Downloads

Hier kann man Infografiken zu Hygienetipps in Druckauflösung herunterladen.

Startseite

<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html>

Downloads der Infografiken

[Deutsch](#)

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html?tx_dotinfographic_pi1%5BFileUid%5D=3424&tx_dotinfographic_pi1%5Baction%5D=download&tx_dotinfographic_pi1%5Bcontroller%5D=Download&cHash=0b85f7f5751401c201c4353962c6d25d

[Englisch](#)

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html?tx_dotinfographic_pi1%5BFileUid%5D=3483&tx_dotinfographic_pi1%5Baction%5D=download&tx_dotinfographic_pi1%5Bcontroller%5D=Download&cHash=dc6057d1621f56b2ee9e445a81e21a33

[Französisch](#)

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html?tx_dotinfographic_pi1%5BFileUid%5D=3484&tx_dotinfographic_pi1%5Baction%5D=download&tx_dotinfographic_pi1%5Bcontroller%5D=Download&cHash=5f203cc6476251513e7beb7972a0d603

[Russisch](#)

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html?tx_dotinfographic_pi1%5BFileUid%5D=3482&tx_dotinfographic_pi1%5Baction%5D=download&tx_dotinfographic_pi1%5Bcontroller%5D=Download&cHash=8e3f2e914899ac4368005f36f6a727c2

[Türkisch](#)

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html?tx_dotinfographic_pi1%5BFileUid%5D=3481&tx_dotinfographic_pi1%5Baction%5D=download&tx_dotinfographic_pi1%5Bcontroller%5D=Download&cHash=1aa00ce60e86576b28772487c218efa7

[Arabisch](#)

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html?tx_dotinfographic_pi1%5BFileUid%5D=3488&tx_dotinfographic_pi1%5Baction%5D=download&tx_dotinfographic_pi1%5Bcontroller%5D=Download&cHash=58e856ccf811cd2fea1106984c12c288

[Farsi/Persisch](#)

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/informationen-in-anderen-sprachen.html?tx_dotinfographic_pi1%5BFileUid%5D=4298&tx_dotinfographic_pi1%5Baction%5D=download&tx_dotinfographic_pi1%5Bcontroller%5D=Download&cHash=239a1b3c1bd71e7e071f43c775714851