Infos für Führungskräfte

Das Plus an Sicherheit!

Coronavirus

So bleiben wir gesund im Betrieb

Stand: 29. September 2020

Sicherheitsinformation für Führungskräfte

Inhalt

Vorwort 5
Allgemeine Informationen zum Coronavirus 6
Symptome, Verlauf und Ansteckung 6
Allgemeine Rahmenbedingungen 8
Tipps für eine gut geplante Kommunikation in der Krise 8
Umgang mit besonders gefährdeten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern 9
Fahrten im privaten und beruflichem Kontext 10
Allgemeine Schutzmaßnahmen im Betrieb 11
Organisatorische Handlungsempfehlungen 12
Kantinenbetrieb 13
Allgemeine Hygiene 13
Persönliche Hygiene 13
Reinigung 14
Spezifische Maßnahmen für Branchen 16
Produktion 16
Baugewerbe 16
Handel 18
Maßnahmen bei Auftreten einer COVID-19-Infektion auf dem Arbeitsplatz 18
Psychologische Aspekte 19
Lösungsansätze und Tipps 19
Anhang I 23
Materialien zum Download 25
Anhang II 27

Redaktionsschluss: 29. September 2020

Dieses Merkblatt basiert auf den zum Redaktionsschluss vorliegenden Kenntnisstand. Es wurde mit bestem Wissen und Gewissen erstellt, es kann jedoch keine Gewähr für die Richtigkeit des Inhaltes erfolgen – eine Haftung der AUVA und der Autoren ist ausgeschlossen! Rechtsausführungen stellen unverbindliche Meinungen dar. Die aktuelle Rechtslage ist den COVID-Gesetzen/Verordnungen zu entnehmen.

Vorwort

Dieses Merkblatt unterstützt Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber dabei, Schutzmaßnahmen betreffend das Coronavirus umzusetzen.

Die Inhalte dieses Merkblattes beruhen auf Informationen und gesetzlichen Regelungen, die bis zum Redaktionsschluss am 29. September 2020 bekannt waren. Beachten Sie daher auch stets die aktuellen Entwicklungen und eventuelle neue Maßnahmen der Behörden!

Für Gesundheitsbetriebe gelten gesonderte Regelungen und Maßnahmen. Auch in Gemeinden oder Bundesländern könnten besondere Regelungen gelten, die abweichen (z. B. Vorschriften bzgl. Quarantäne). Insbesondere ist auch die „Corona-Ampel“ zu beachten - siehe Link: https://corona-ampel.gv.at/.

Allgemeine Informationen zum Coronavirus

Coronaviren sind schon lange bekannt und waren bislang überwiegend für Erkältungserkrankungen verantwortlich. Bestimmte Varianten des Coronavirus, wie das SARS-CoV und das MERS-CoV, können auch schwere Erkrankungen und mitunter tödlich endende Verläufe hervorrufen.
Die durch das neue Coronavirus, SARS-CoV-2, verursachte Erkrankung wird als COVID-19 bezeichnet.

Symptome, Verlauf und Ansteckung

Die Symptome einer COVID-19 Erkrankung sind unspezifisch, vielfältig und variieren stark. Die Erkrankung zeigt Verläufe ohne Symptome oder nur mit milden Symptomen bis zu schweren intensivpflichtigen Verläufen. Hohes Fieber, Husten und Atemnot zeigen meist einen schweren Verlauf an.

Das primäre Zielorgan des Virus ist die Lunge. Bei schweren Verläufen kann es zu einem Lungenversagen und im weiterem Verlauf zu Folgeschäden der Lunge kommen. Seltener können andere Organe, besonders bei einem schweren Verlauf, von Komplikationen und Folgeerkrankungen betroffen sein: Das zentrale Nervensystem (Gehirn), das Herzkreislaufsystem (Herz, Gerinnsel in den Blutgefäßen) und die Niere (Nierenversagen). Die Haut kann in seltenen Fällen ebenfalls betroffen sein.

Rund 80 Prozent der Erkrankten zeigen keine oder nur milde Symptome, die ähnlich einer Erkältungskrankheit sind. Es ist daher auch möglich, sich bei einer Person ohne oder mit milden Symptomen anzustecken. Auf Grund der vorliegen Daten wird davon ausgegangen, dass man sich bereits zwei Tage vor Symptombeginn anstecken kann. Daher können auch Personen, die sich völlig gesund fühlen, andere unwissentlich anstecken. Die Dauer der Infektiosität hängt vom Krankheitsverlauf ab.

Häufig genannte Symptome/Manifestationen	in Prozent
Husten	49
Fieber	41
Schnupfen	21
Störung des Geruchs- und/oder Geschmacksinns	15
Lungenentzündung	3,0
Weitere Symptome: Halsschmerzen, Atemnot, Kopf- und Gliederschmerzen, Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust, Übelkeit, Bauchschmerzen, Erbrechen, Durchfall, Konjunktivitis, Hautausschlag, Lymphknotenschwellung, Apathie, Somnolenz.	

Quelle: Robert Koch Institut: SARS-CoV-2 Steckbrief zur Coronavirus-Krankheit-2019 (COVID-19) Stand: 12. Juni 2020

Überblick zu Daten aus Österreich der jemals positiv Getesteten: Geschlechtsverhältnis: 49 % männlich Altersverteilung:	
< 5 Jahre: 0,7 %	45 bis 54 Jahre: 20,5 %
5 bis 14 Jahre: 2,3 %	55 bis 64 Jahre: 16,4 %
15 bis 24 Jahre: 9,3 %	65 bis 74 Jahre: 8,7 %
25 bis 34 Jahre: 14,3 %	75 bis 84 Jahre: 8,3 %
35 bis 44 Jahre: 14,1 %	> 84 Jahre: 5,5 %

Quelle: Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz Stand: 25. Mai 2020

Die bisherigen Erfahrungen zeigen, dass das Virus vor allem mit steigendem Lebensalter und bei bestimmten Vorerkrankungen gefährlich werden kann. Der Fall-Verstorbenen-Anteil (gemeldete verstorbene Fälle geteilt durch die gemeldete Zahl der Fälle) wird für Europa auf 10,5 % geschätzt und liegt in Österreich bei ca. 3,8 %

Die Inkubationszeit (Zeit von der Ansteckung bis zum Beginn der Erkrankung) liegt im Mittel bei fünf bis sechs Tagen, es sind jedoch auch Inkubationszeiten von ein bis 14 Tagen möglich. Das Virus ist ansteckender als die bekannten Grippe-Viren, aber weniger ansteckend als z. B. das Masern-Virus.

Der Hauptübertragungsweg ist eine Infektion durch Tröpfchen. Je nach Partikelgröße unterscheidet man Tröpfchen (größer als 5 µm) von kleineren Partikeln (Aerosole, kleiner als 5 µm), die beim Atmen, Sprechen, Husten oder Niesen ausgestoßen werden. Beim Atmen und Sprechen, noch mehr beim Schreien und Singen werden vorwiegend die kleineren Aerosole ausgeschieden, beim Husten und Niesen entstehen zusätzlich deutlich mehr größere Tröpfchen. Diese sinken rasch zu Boden, während die Aerosole sich länger in der Luft halten können. Begünstig wird eine Übertragung in engen Räumen, durch lautes Sprechen und wenn die Atemfrequenz erhöht ist wie z. B. beim schweren Arbeiten. Hier wird die Wahrscheinlichkeit einer Übertragung auch über eine größere Distanz als 2 m erhöht.

Daher ist es wichtig, die Husten- und Niesetikette einzuhalten (in ein Taschentuch oder die Armbeuge husten bzw. niesen), Abstand zu halten und regelmäßig zu lüften. Im Freien kommt eine Übertragung aufgrund der ständigen Luftbewegung insgesamt nur sehr selten vor. Beim Wahren des Mindestabstandes von 1 m ist die Wahrscheinlichkeit einer Ansteckung äußerst gering.

Das SARS-CoV-2 bleibt an Oberflächen von Gegenständen nur begrenzt infektiös. Eine Übertragung des Virus über Gegenstände und Oberflächen („Schmierinfektion") ist daher in der unmittelbaren Umgebung von infizierten Personen nicht ausgeschlossen. Händewaschen und regelmäßiges Reinigen sind wichtige Hygieneregeln, die im Umgang mit gemeinsam genutzten Oberflächen und Gegenständen beachtet werden müssen.

Da es zurzeit weder wirksame Medikamente noch eine wirksame Impfungen gibt, erfolgt die Behandlung von COVID-19 symptomatisch (z. B. durch fiebersenkende Medikamente) und unterstützend (z. B. durch Gabe von Sauerstoff und künstliche Beatmung).

Die großteils aus Lipiden (Fetten) bestehende Hülle des SARS-CoV-2 ist gegenüber Umwelteinflüssen sehr empfindlich. Ohne Hülle ist das Virus nicht mehr infektiös. Tenside, die in Seife, Geschirrspülmitteln und in haushaltsüblichen Reinigungsmitteln enthalten sind, zerstören die Hülle des Virus. Deshalb ist u. a. das regelmäßige Händewaschen mit Seife eine wichtige Hygienemaßnahme.

Hauptübertragungswege sind Tröpfchen und Aerosole, z. B. durch Atmen, Sprechen, Husten und Niesen. Das Virus kann durch Waschen mit Seife inaktiviert werden.

Allgemeine Rahmenbedingungen

Tipps für eine gut geplante Kommunikation in der Krise

Eine gut organisierte Kommunikation stellt sicher, dass alle im Betrieb beschäftigten Personen über Beschlüsse, Vorgehensweisen, Regelungen und Zuständigkeiten Bescheid wissen. Besonders in Ausnahmesituationen sind dabei folgende Punkte zu beachten:

- Betriebsinterne Vorgehensweisen müssen mit den jeweiligen Verantwortlichen (z. B. Geschäftsführung, Personalverantwortliche, Abteilungsleiterinnen und -leiter oder andere Beauftragte), unter Einbeziehung der Präventivfachkräfte abgestimmt werden. Das ist besonders wichtig, bevor Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an ihre Arbeitsplätze am Standort zurückkehren. Klären Sie, wer wofür zuständig ist und an welche Stelle evtl. auftretende Fragen gerichtet werden können.

Stellen Sie gesammelte Informationen über getroffene Maßnahmen in Ihrem betrieblichen Umfeld zur Verfügung, damit sich alle Beteiligten von Anfang an richtig verhalten können. Als Informationsgrundlage dafür kann das Merkblatt für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer der AUVA „M 010 – Coronavirus, So bleiben wir gesund im Betrieb“ verwendet werden.

- Gehen Sie in diesen Informationen auch auf spezifische Notwendigkeiten Ihres Betriebes ein.
- Nützen Sie für die Verbreitung Ihrer Vorgaben verschiedene Kanäle und stellen Sie sicher, dass alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vor Betreten der Arbeitsstätte informiert sind (z. B. durch eine E-Mail inklusive Merkblätter „im Anhang“, Informationen im Intranet o. Ä.).
- Rufen Sie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, etwa durch den Aushang von Postern in der Arbeitsstätte, die wichtigsten Verhaltensregeln in Erinnerung.
- Informieren Sie bei Änderungen der betriebsinternen Maßnahmen alle Verantwortlichen sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter rechtzeitig, sodass alle die aktuell gültigen Vorgaben umsetzen können.
- Grundsätzlich sollte, so weit möglich, das Arbeiten im Homeoffice angeboten werden.

***Hinweis:* Als Ergänzung zu diesem Merkblatt bietet die AUVA Postersets mit Verhaltensregeln zur COVID-19-Prävention zum Aushang im Betrieb bzw. als Kopiervorlage an. Diverse Materialien wie Poster in unterschiedlichen Formaten und Merkblätter für Arbeitgeber sowie Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer können kostenfrei unter www.auva.at/coronavirus verwendet, ausgedruckt oder auch bestellt werden.**

Weitere Informationen unter:
www.auva.at/coronavirus

Umgang mit besonders gefährdeten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern

Identifikation der COVID-19-Risikogruppe

Die Definition der „Risikogruppe“ für ein COVID-19-Risiko Attest nach § 735 ASVG erfolgt in der „COVID-19-Risikogruppe-Verordnung“ siehe Link:
https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/BgblAuth/BGBLA_2020_II_203/BGBLA_2020_II_203.html

Diese Risikogruppe wurde durch eine Expertengruppe, die vom Gesundheitsministerium und vom Bundesministerium für Arbeit, Familie und Jugend eingerichtet wurde, festgelegt.

Dienstnehmer sowie Lehrlinge, die zur Risikogruppe zählen, werden anhand ihrer verordneten Medikation identifiziert und von der Sozialversicherung informiert. Mit dem Informationsschreiben kann die betroffene Person ihre behandelnde Ärztin bzw. ihren behandelnden Arzt aufsuchen. Diese bzw. dieser stellt nach einer individuellen Risikobeurteilung gegebenenfalls ein COVID-19-Risiko-Attest aus. Es können sich aber auch Personen bei ihrer behandelnden Ärztin bzw. ihrem behandelnden Arzt melden, die keine Verständigung von der Sozialversicherung erhalten haben.

Maßnahmen zum Schutz von besonders gefährdeten Personen (COVID-19-Risiko-Attest)

Das von der behandelnden Ärztin bzw. vom behandelnden Arzt ausgestellte COVID-19-Risiko-Attest können Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ihren Dienstgebern vorlegen und haben dadurch grundsätzlich Anspruch auf bezahlte Freistellung. Dazu gibt es folgende Ausnahmen:

- die Arbeitsleistung kann im „Homeoffice“ erbracht werden oder
- das Ansteckungsrisiko kann durch entsprechende Maßnahmen am Arbeitsplatz mit größtmöglicher Sicherheit ausgeschlossen werden (inkl. Maßnahmen für den Arbeitsweg)

Im Falle einer Dienstfreistellung aufgrund eines COVID-19-Risiko-Attests hat der Dienstgeber Anspruch auf Erstattung des Entgelts. Ein entsprechender Antrag dazu ist innerhalb von 6 Wochen nach Ende der Freistellung beim Krankenversicherungsträger einzubringen. Von diesem Erstattungsanspruch sind politische Parteien und sonstige juristische Personen öffentlichen Rechts ausgeschlossen, ausgenommen jene, die wesentliche Teile ihrer Kosten über Leistungsentgelte finanzieren und am Wirtschaftsleben teilnehmen

Die Empfehlungen der AUVA für den „Risikoarbeitplatz“ sowie die Checkliste & Dokumentation zur Beurteilung finden sie auf der AUVA-Internetseite.

Weitere Informationen unter:
https://www.auva.at/cdscontent/?contentid=10007.859068&portal=auvaportal

Schwangere

Aktuell gibt es keine Daten zur Empfänglichkeit für eine SARS-CoV-2-Infektion bei Schwangeren. Aufgrund der physiologischen Anpassung und immunologischen Änderungen während der Schwangerschaft kann eine erhöhte Empfänglichkeit für Infektionen durch SARS-CoV-2 aber auch nicht ausgeschlossen werden. Bislang sind nur einzelne Fälle von Erkrankungen bei Neugeborenen beschrieben, die möglicherweise Folge einer Infektion im Mutterleib sind.

Eine Übertragung auf das neugeborene Kind ist über den engen Kontakt und Tröpfcheninfektion möglich. Bisher gibt es keine Nachweise von SARS-CoV-2 in der Muttermilch. Die Datenlage ist derzeit aber noch nicht ausreichend, um alle die Schwangerschaft betreffenden Fragen zu COVID-19 sicher zu beantworten.

(Quelle: RKI)

Folgende Regeln gelten für den Schutz von Schwangeren:

- Schwangere sollten auf jeden Fall den häufigen Kontakt mit Menschen vermeiden. Ein Arbeiten im Homeoffice ist zu empfehlen.
- In Bereichen, in denen der Schutzabstand sicher nicht eingehalten werden kann, z. B. in der Pflege oder in der Kleinkinderbetreuung, dürfen Schwangere nicht eingesetzt werden (lt. Arbeitsinspektion).
- In Bereichen der unmittelbaren Betreuung wie im Gesundheitsbereich – dort wo Schutzmasken FFP1, FFP2 oder FFP3 getragen werden müssen – dürfen Schwangere nicht arbeiten. Diese Masken erschweren die Atmung und sind daher für Schwangere verboten.
- In anderen Bereichen, wo erhöhter Kundenkontakt herrscht, wie in Supermärkten oder Apotheken, sollten Schwangere möglichst aus dem direkten Kundenkontakt abgezogen und anderweitig im Betrieb eingesetzt werden. Arbeitgeber haben dafür Sorge zu tragen, dass die erforderlichen Hygienemaßnahmen eingehalten werden, wie eine gute Händehygiene und das Einhalten eines Mindestabstandes von ein bis zwei Metern zu anderen Personen. Es ist organisatorisch zu gewährleisten, dass der Mindestabstand auch eingehalten wird.
- In Bereichen, wo der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, z. B. Kindergärten, dürfen Schwangere nicht eingesetzt werden.

***Hinweis:* Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes ist für Schwangere zwar erlaubt, da dies jedoch mit einem gewissen Atemwiderstand verbunden ist, sollte die durchgehende Tragedauer eine Stunde nicht übersteigen.**

Fahrten im privaten und beruflichem Kontext

Für Fahrten in die Arbeitsstätte sollte vorrangig das eigene KFZ oder Fahrrad genutzt werden. Bei Fahrgemeinschaften haushaltsfremder Personen dürfen in jeder Sitzreihe nur zwei Personen (einschließlich dem/der Lenker/Lenkerin) sitzen - dies gilt auch für Taxis und taxiähnliche Betriebe. Zusätzlich ist es empfehlenswert einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen, um das Infektionsrisiko so weit wie möglich zu minimieren. In Fahrzeugen des Arbeitgebers für Fahrten beruflichen Zweckes während der Arbeitszeit ist entweder die Mindestabstandsregelung einzuhalten oder es sind andere geeignete Schutzmaßnahmen zu ergreifen (z. B. Mund-Nasen-Schutz). Es sollte in Fahrzeugen generell auf eine gute Belüftung geachtet werden – es wird empfohlen regelmäßig zu lüften (Quer- bzw. Stoßlüften).

Anmerkung: Die jeweiligen geeigneten Schutzmaßnahmen sollten auf Basis einer internen betrieblichen Gefährdungsevaluierung definiert werden.

Auf die Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln sollte, wenn möglich, verzichtet werden. Wenn öffentliche Verkehrsmittel benutzt werden, muss ein Mund-Nasen-Schutz (MNS) getragen werden und der Mindestabstand von einem Meter muss nach Möglichkeit eingehalten werden.
Händewaschen vor und nach der Fahrt ist obligatorisch.

Auch hier gilt die Händehygiene!

Allgemeine Schutzmaßnahmen im Betrieb

Grundsätzlich sind die wichtigsten Maßnahmen zum persönlichen Schutz sowie zum Schutz von anderen Personen vor einer COVID-19-Infektion das Einhalten eines Mindestabstandes (mind. ein Meter) und eine effektive Händehygiene, weiters die korrekte Hustenetikette sowie unbedingtes Vermeiden von Berührungen des eigenen Gesichtes mit möglicherweise kontaminierten Händen. Zudem sollen die Beschäftigten möglichst wenig Kontakt untereinander haben.

Wichtig ist auch das regelmäßige Querlüften der Räume – mindestens jede Stunde zehn Minuten lang, um die Luftqualität in geschlossenen Räumen zu verbessern und dadurch möglicherweise in der Luft vorhandene erregerhaltige Aerosole zu reduziert. Es wird auch empfohlen, die Umluftanteile der raumlufttechnischen Anlage zugunsten der Außenluftanteile so weit wie möglich zu reduzieren.

Das verpflichtende Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes in Bereichen, wo dies nicht ohnehin auf Grund anderer Rechtsvorschriften verpflichtend erforderlich ist, muss zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmerin bzw. Arbeitnehmer im Einvernehmen erfolgen .

Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sollten mit MNS ausgestattet werden und diesen zum allgemeinen Schutzzweck dort tragen, wo die Abstandsregeln nur schwer umzusetzen sind bzw. man auf andere Personen treffen kann – z. B. auf den Gängen, in Lagern, Stiegenhäusern etc. MNS sollten auch Dienstleistern, Kundinnen und Kunden zur Verfügung gestellt werden, wenn diese keinen eigenen Schutz haben.

Ein gut angepasster Gesichtsschutz ist ebenfalls eine Möglichkeit, sich und andere vor Tröpfcheninfektionen zu schützen, wobei aktuelle Studien darauf hindeuten, dass die Schutzfunktion geringer ist als bei der Verwendung eines MNS aus Stoff.

***Hinweis:* Ein MNS stellt keine persönliche Schutzausrüstung wie z. B. eine FFP 2 oder FFP 3-Atemschutzmaske dar.**

In Bereichen mit erhöhter Ansteckungsgefahr (z. B. Gesundheitsbereich, Pflege), wo eine Einhaltung des Mindestabstands nicht möglich ist, sollten je nach Tätigkeit FFP2- oder FFP3-Atemschutzmasken verwendet werden und bei Bedarf auch eine Schutzbrille oder ein Gesichtsschutz sowie sonstige geeignete Schutzmaßnahmen, um das Infektionsrisiko zu minimieren.

Prinzipiell ist jegliche persönliche Schutzausrüstung und Arbeitskleidung ausschließlich personenbezogen zu nutzen, getrennt aufzubewahren und regelmäßig zu reinigen!

Organisatorische Handlungsempfehlungen

Durch organisatorische Maßnahmen zur Minimierung der Anzahl der exponierten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer ist es möglich das Infektionsrisiko im Betrieb zu reduzieren. Solche Maßnahmen sind beispielsweise:

- Schichtwechsel, Pausen und Anwesenheit im Betrieb so abstimmen, dass es zu einer Reduzierung der persönlichen Kontakte, z. B. in Umkleideräumen oder in der Betriebskantine kommt.
- Es können – je nach Betriebsstruktur – kleine fixe Teams gebildet werden, die immer dieselben Arbeitsplätze und Unternehmensinfrastruktur nutzen und gemeinsam Pause machen.
- Bei Besprechungen und Unterweisungen soll auf Online-Werkzeuge oder Telefonkonferenzen – soweit möglich – ausgewichen werden, sodass kein physischer Kontakt mit anderen Personen erforderlich ist.
  Bei beruflich unbedingt notwendigen Besprechungen oder persönlichen Unterweisungen im Betrieb soll die Teilnehmerzahl möglichst klein gehalten werden, sodass ausreichend Abstand gehalten werden kann. Entsprechend der Raumgröße soll die Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer beschränkt werden um genügend Abstand halten zu können. Weitere geeignete Schutzmaßnahmen, z. B. MNS sind zu empfehlen - zumindest beim Betreten und Verlassen des Raumes. Auf eine gute Raumlüftung muss geachtet werden, wenn möglich sollte alle 30 Minuten gelüftet werden.
- Betriebliche Abläufe sind, so weit wie, möglich elektronisch/telefonisch zu gestalten.
- Einschränkung des Aufzugbetriebes – Reduzierung auf eine zulässige Personenanzahl, um den Mindestabstand einhalten zu können.
- Arbeitsbereiche in den Arbeitsräumen trennen bzw. Arbeitsplätze „auseinanderrücken".

Des Weiteren wird empfohlen:

- Dienstreisen ins Ausland einschränken bzw. die Reisewarnungen des BMEIA beachten.
- Regelungen für Außendienstmitarbeiterinnen und -mitarbeiter erstellen (für den Betrieb definierte Schutzmaßnahmen).
- Parkmöglichkeiten schaffen, um eine Ansteckung in öffentlichen Verkehrsmittel zu vermeiden.

COVID-19 Schutzmaßnahmen dürfen sonstige Sicherheitsmaßnahmen nicht mindern oder außer Kraft setzen – z. B. das Offenhalten (Verkeilen) von Brandschutztüren, um den Kontakt zur Türschnalle zu vermeiden.

***Hinweis:* Die bestehenden Bestimmungen aus dem ArbeitnehmerInnenschutz sind neben den Maßnahmen aus den COVID-19 Rechtsvorschriften (die dem Bereich des allgemeinen Gesundheitsschutzes zuzurechnen sind) ebenfalls zu beachten.**

Kantinenbetrieb

Nach Möglichkeit sollten Mahlzeiten alleine eingenommen werden, wird eine Betriebskantine zur Verfügung gestellt, sind insbesondere die nachfolgenden Maßnahmen zu beachten:

- Essenszeiten sollten nach Möglichkeit gestaffelt vorgenommen werden, um den nötigen Abstand der Personen zueinander gewährleisten zu können.
- Angepasste Besetzung der Tische und/oder Auseinanderrücken von Sitzplätzen, um den Mindestabstand von einem – besser noch von zwei Metern einhalten zu können.
- Gemeinschaftliche Menagen oder Dekorationen vom Tisch entfernen – hingegen z. B. Salz, Pfeffer, Ketchup etc. in Einzelportionen anbieten.
- Einhaltung der lebensmittelrechtlichen Vorschriften und Umsetzung eines betrieblichen Hygienekonzeptes nach HACCP Grundsätze.
- Tischplatten, Stühle, Oberflächen von Koch- und Kühleinrichtungen sind regelmäßig zu reinigen oder desinfizieren.

Allgemeine Hygiene

Im normalen Arbeitsablauf sind gründliche Reinigungsmaßnahmen mit üblichen Reinigungsmitteln bzw. das Händewaschen mit Wasser und Seife ausreichend. Bei konkreten Verdachtsfällen und bei nachgewiesenen Infektionsfällen sind zusätzlich Desinfektionsmittel zu verwenden (lt. BMSGPK). Die Desinfektionsmittel müssen mindestens eine nachgewiesene „begrenzt viruzide“ Wirksamkeit haben.

Persönliche Hygiene

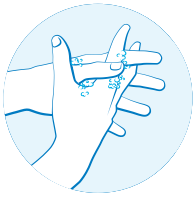
Händewaschen

Aufgrund der Tatsache, dass das Händewaschen eine besonders wichtige Maßnahme ist, um die Wahrscheinlichkeit einer Infektion zu reduzieren, sind allen Personen im Unternehmen Waschgelegenheiten mit fließendem warmen Wasser, Seife, Einweghandtücher und Hautpflegemittel zur Verfügung zu stellen.

Gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife dauert mindestens 20 bis 30 Sekunden!

Die Hände sollten gewaschen werden:

- vor Arbeitsbeginn,
- nach dem Berühren von Kontaktflächen, die von mehreren Personen benutzt werden,
- vor dem Zubereiten und Einnehmen von Mahlzeiten,
- vor dem Rauchen,
- nach dem Schnäuzen und nach dem Niesen oder Husten in die Handflächen,
- nach der Benutzung der Toilette.



Wenn das Händewaschen nicht möglich ist, sollte ein Handdesinfektionsmittel verwendet werden, dazu sind Desinfektionsmittel (z. B. durch Desinfektionsspender) insbesondere bei den Eingangsbereichen und dort, wo Kundenverkehr besteht, zur Verfügung zu stellen.

Vermeiden von Berührungskontakten

Die Berührung von anderen Personen ist zu vermeiden, demnach kein Händeschütteln, keine Umarmungen etc.

***Hinweis:* Auf die Verwendung von Hautschutz- und Hautpflegemittel nicht vergessen!**

Husten- und Niesetikette

Beim Husten oder Niesen ein Taschentuch vorhalten und dieses sofort entsorgen. Ist kein Taschentuch vorhanden, in die Ellenbeuge husten oder niesen (nicht in die Handflächen!).

Handschuhe

Werden Einmalhandschuhe getragen, so ist dabei das richtige An- und Ausziehen zu beachten. Die Außenseiten der Handschuhe dürfen beim Ausziehen nicht berührt werden, danach müssen die Handschuhe im Restmüll entsorgt und die Hände gründlich gewaschen oder, wo waschen nicht möglich, desinfiziert werden.

Firmenfahrzeuge

In Firmenfahrzeugen sollten Utensilien zur Handhygiene sowie Papiertücher und Müllbeutel zur Verfügung stehen.

Reinigung

Kontaktflächen

Die gemeinsame Nutzung von Arbeitsflächen und Arbeitsmitteln (Werkzeuge, Tastaturen, Telefone etc.) ist tunlichst zu vermeiden. Ist sie unvermeidlich oder versehentlich passiert, hat eine Reinigung oder Desinfektion zu erfolgen. Kontaktflächen, die von mehreren Personen genutzt werden (z. B. Türgriffe, Türklinken, Lichtschalter) sowie Kontaktflächen in den eigenen Büroräumlichkeiten können mit üblichen Reinigungsmitteln gesäubert werden. Auch auf die Reinigung von Gegenständen ist zu achten, die durch externe Personen benutzt wurden (z. B. Beamer).

Geschirr

Benutztes Geschirr – z. B. in der Kaffeeküche – soll von den jeweiligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern selbst in den Geschirrspüler gestellt oder sofort mit Geschirrspülmittel abgewaschen werden.

Reinigungskräfte

Reinigungskräfte sollen Einmalhandschuhe verwenden und mehrmals täglich wechseln. Wischtücher dürfen nur für jeweils einen Arbeitsplatz verwendet werden. Die Reinigungsintervalle für Räume, Betriebsfahrzeuge, Aufzüge, Kontaktflächen sanitäre Einrichtungen, etc. sollen kürzer gestaltet sein.

Reinigungskräfte sind insbesondere auch über das richtige Ausziehen eventuell kontaminierter Handschuhe zu unterweisen.

Papierkorb/Mistkübel

Müllsäcke sollten täglich gewechselt werden.

Desinfektion

Flächendesinfektionsmittel sind nur anzuwenden, wenn ein Verdachtsfall bzw. ein bestätigter Infektionsfall mit COVID-19 am Arbeitsplatz auftritt. Arbeitsplätze erkrankter Personen sind bis zu einer entsprechenden Wischdesinfektion zu sperren.

Die Reinigungskräfte sind hinsichtlich der dementsprechenden Schutzmaßnahmen nachweislich zu unterweisen und es ist die erforderliche persönliche Schutzausrüstung (PSA) zur Verfügung zu stellen.

Für die Erstellung der diesbezüglichen Unterweisung kann die Publikation des BMAFJ „Handbuch Covid-19: Sicheres und Gesundes Arbeiten" herangezogen werden:
https://www.bmafj.gv.at/Services/News/Handbuch-COVID-19--Sicheres-und-gesundes-Arbeiten.html
(zuletzt geprüft am 24.09.20)

Weitere Informationen unter:
https://www.bmafj.gv.at/Services/News/Handbuch-COVID-19--Sicheres-und-gesundes-Arbeiten.html

Befolgen Sie konsequent die persönlichen Hygienemaßnahmen wie Husten- und Niesetikette und regelmäßiges Händewaschen. Eine vermehrte Reinigung von Oberflächen, z. B. Türklinken, sollte erfolgen. Die zusätzliche Verwendung von Desinfektionsmitteln ist nur erforderlich, wenn Verdachts- oder Infektionsfälle auftreten.

Spezifische Maßnahmen für Branchen

Nachfolgend werden branchenspezifische Maßnahmen beschrieben, die auf den Schutz der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer hinsichtlich der Vermeidung bzw. Reduktion des Risikos einer „COVID-19" Erkrankung ausgerichtet sind.

Bei allen vom Unternehmen definierten Schutzmaßnahmen kommt der Unterweisung der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer eine besondere Bedeutung für die Wirksamkeit der gesetzten Maßnahmen zu.

Quelle der Informationen sind im Wesentlichen die vom Zentral-Arbeitsinspektorat publizierte Handlungsanleitung (Baugewerbe), sowie zusätzliche Empfehlungen für den Handel und für Produktionsbetriebe.

Produktion

Auch in Produktionsbetrieben ist hinsichtlich des Arbeitnehmerschutzes auf die grundsätzlichen bereits in diesem Merkblatt beschriebenen Schutzmaßnahmen in Bezug auf COVID-19 zu achten.
Dazu zählen insbesondere:

- organisatorische Maßnahmen zur Minimierung der Anzahl der exponierten Beschäftigten
- Einhaltung des Mindestabstandes (ein Meter, besser zwei Meter)
- allgemeine regelmäßige Reinigungs- und Desinfektionsmaßnahmen
- Maßnahmen zur persönlichen Hygiene (z. B. Händewaschen)
- Maßnahmenplan bei Verdacht einer COVID-19-Infektion im Betrieb
- spezifische Maßnahmen auf Basis einer internen betrieblichen Gefährdungsevaluierung
- regelmäßiges Querlüften bzw. Stoßlüften von Räumen, in welchen sich Personen aufhalten
- MNS im Einvernehmen zwischen Arbeitgeber und Arbeitnehmerin bzw. Arbeitnehmer (§ 3 Abs. 2 COVID-19-Lockerungsverordnung)

Baugewerbe

Allgemeine COVID-19 Schutzmaßnahmen

Grundsätzlich gelten auch auf Baustellen die allgemeinen Schutzmaßnahmen gegen COVID-19, beispielsweise:

- Händewaschen,
- sich nicht ins Gesicht fassen,
- den Mindestabstand (ein Meter, Empfehlung der AUVA: zwei Meter) einhalten,
- die Husten- und Niesetikette (Atemhygiene) beachten

Hygiene

Um das Risiko einer Schmierinfektion zu reduzieren, kommt Hygienemaßnahmen eine besondere Bedeutung zu. Daher ist es wichtig, Desinfektionsmittel zur regelmäßigen Desinfektion von gemeinsam genutzten Haltegriffen, Schaltknäufen, Lenkrädern, Armaturen, Türgriffen etc. bei Fahrzeugen, Baumaschinen und Werkzeugen zur Verfügung zu stellen oder, falls das in Einzelfällen nicht möglich ist, zumindest für die Verwendung von Handschuhen zu sorgen.

Ebenso müssen soziale und sanitäre Einrichtungen regelmäßig (z. B. nach jeder Pause bzw. bei gestaffelten Pausen auch dazwischen) desinfiziert oder gereinigt werden. Auch sollten diese Räumlichkeiten - wenn möglich – regelmäßig gelüftet werden.

Vorgaben für Bauarbeiten bei Unterschreitung des Schutzabstandes

Bei Arbeiten, bei denen der Mindestabstand von einem Meter (Empfehlung der AUVA: zwei Meter) nicht eingehalten werden kann, sind zusätzlich Schutzmaßnahmen vorzusehen!
Beachten Sie folgende Punkte:

- in nicht geschlossenen Räumen: Mund-Nasen-Schutz oder Vollvisier (Schutzschild, von der Stirn bis unter das Kinn)
- in geschlossenen Räumen: Mund-Nasen-Schutz oder, wenn verfügbar, Atemschutzmasken der Klasse FFP 1
- in geschlossenen Räumen mit beengten Verhältnissen (z. B. bei Arbeiten in/an Behältern, Silos, Schächten, Kanälen oder Rohrleitungen); Atemschutzmasken, die zumindest der Klasse FFP 2 entsprechen, oder motorunterstützten Atemschutz

***Achtung:* Bei Arbeiten in Behältern und in sonstigen Bereichen, wo ein ausreichender Austausch mit der Umgebungsluft nicht garantiert werden kann, muss in jedem Fall umgebungsluftunabhängiger (schwerer) Atemschutz zum Einsatz kommen.**

Können diese Vorgaben nicht eingehalten werden, dürfen Arbeiten mit Unterschreitung des Mindestabstandes von einem Meter (Empfehlung der AUVA: zwei Meter) nicht durchgeführt werden!

Weitere organisatorische Maßnahmen

Des Weiteren sind insbesondere organisatorische Maßnahmen zu treffen, um die Anzahl der exponierten Beschäftigten möglichst gering zu halten sowie auch andere Maßnahmen in Bezug auf die neuen Erfordernisse im Hinblick auf COVID-19 zu definieren.

Diese Maßnahmen sind schon durch Bauherrn bzw. Baustellenkoordinator im Sicherheits- und Gesundheitsschutzplan (SiGe-Plan) zu berücksichtigen bzw. zu adaptieren.

Das Trennen von Arbeits- und Aufenthaltsbereichen von verschiedenen Gewerken sowie von Beschäftigten kann auch über Anordnung gemäß § 8 ArbeitnehmerInnenschutzgesetz (ASchG) erfolgen, wenn kein SiGe-Plan vorhanden ist.

Weitere Informationen unter:
https://www.auva.at/cdscontent/load?contentid=10008.734442&version=1587103465

Handel

Gemäß der „COVID-19 Lockerungsverordnung“ gilt für das Betreten von Kundenbereichen in Betriebsstätten, dass der Mindestabstand (ein Meter) der Personen (Kundinnen bzw. Kunden so wie Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer) zu einander eingehalten werden muss.

Zudem ist beim Betreten des Kundenbereiches eine den Mund- und Nasenbereich abdeckende mechanische Schutzvorrichtung zu tragen. Auch die Betreiber sowie deren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer haben bei Kundenkontakt eine den Mund- und Nasenbereich abdeckende mechanische Schutzvorrichtung zu tragen, sofern zwischen den Personen keine sonstige geeignete Schutzvorrichtung zur räumlichen Trennung vorhanden ist, die das gleiche Schutzniveau gewährleistet. Dies gilt auch für Verbindungsbauwerke von Betriebsstätten, die baulich verbunden sind (z. B. Einkaufszentren).

Des Weiteren sind auch im Handel die grundsätzlich in diesem Merkblatt beschriebenen Schutzmaßnahmen in Bezug auf COVID-19 zu beachten.

Maßnahmen bei Auftreten einer COVID-19-Infektion auf dem Arbeitsplatz

Besteht bei einer Person, die sich im Betrieb befindet, der Verdacht auf eine Erkrankung durch das Coronavirus, so sollten folgende Maßnahmen getroffen werden:

- Die betroffene Person setzt, wenn vorhanden, sofort eine Schutzmaske auf, begibt sich an einen separaten Ort zur Isolierung von den übrigen Personen und wartet dort auf weitere Anweisungen.
- Rufen Sie sofort die Gesundheitshotline unter 1450 an und setzen Sie die Ihnen mitgeteilten Anweisungen um.

Sollte bei der Gesundheitshotline 1450 in einem angemessenen Zeitraum niemand erreichbar sein und die betroffene Person sehr starke Symptome (z. B. Atemnot) haben, rufen Sie bitte den Ärztefunkdienst 141 oder den Notruf 144.

Sollte die Person hingegen dazu in der Lage sein, kann sie sich rasch und sicher (nach Möglichkeit mit Mund-Nasen-Schutz und eigenem PKW) nach Hause begeben. Sie soll daheim den Kontakt zu Familienmitgliedern meiden und von dort aus 1450 anrufen. Nach dieser Kontaktaufnahme müssen die Mitarbeiterin bzw. der Mitarbeiter Sie unbedingt über die Ergebnisse des Telefonats informieren, damit Sie gegebenenfalls weitere Maßnahmen setzen können.

- Der Kontakt zu der erkrankten Person sollte auf das unbedingt Notwendige beschränkt werden.
- Alle anwesenden Personen sollen die Regeln der persönlichen Hygiene befolgen und einen Abstand von mindestens einem Meter einhalten. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sollen an ihrem Arbeitsplatz bleiben und weitere Anweisungen abwarten.
- Informieren Sie alle Beteiligten über die Situation (inkl. Leiharbeiterinnen bzw. Leiharbeiter und beteiligte Kundinnen bzw. Kunden).
- Eruieren Sie alle Personen, die mit der betroffenen Person in Kontakt gekommen sind und folgen Sie den weiteren Anweisungen der Gesundheitsbehörden. Arbeiten Sie mit diesen bei der epidemiologischen Untersuchung zusammen.
- Desinfizieren Sie alle von der betroffenen Person vermutlich verwendeten Arbeitsmittel (Werkzeuge, Tischflächen, Tastatur, Telefone etc.) sowie allgemeine Kontaktflächen wie Türschnallen etc.

Psychologische Aspekte

Mit der Verbreitung des Coronavirus und den getroffenen Maßnahmen zu seiner Eindämmung sind auch psychische und soziale Auswirkungen verbunden.

Unsere Psyche ist Tag für Tag gefordert und benötigt für ihr Funktionieren Energie; insbesondere wenn Auswirkungen einer Krise erfolgreich bewältigt werden müssen.

Lösungsansätze und Tipps

Krankheitsverhalten bewusst gestalten

Aktuell ist es unbedingt erforderlich, bei Auftreten von Symptomen oder im Krankheitsfall zu Hause zu bleiben. Dies gilt es auch in Phasen der Lockerung von Maßnahmen weiterhin zu beachten.

Das Phänomen des Präsentismus liefert Gründe für ein Erscheinen am Arbeitsplatz trotz Krankheit – beispielsweise ein hohes Pflichtgefühl gegenüber Klientinnen und Klienten, Kundinnen und Kunden oder Kollegenschaft, hoher Termindruck so wie eine subjektiv empfundene bzw. tatsächliche Unersetzbarkeit.

Weitere Ursachen für Präsentismus sind nach Reuter at al., 2020[1]:
- Unsichere Beschäftigungsverhältnisse (z. B. Befristungen, Stellenabbau)
- Arbeitsplatzunsicherheit
- Fehlen von Stellvertretungen

Maßnahmen setzen entsprechend der Vielzahl an Quellen von Präsentismus-Verhalten an unterschiedlichen Ebenen an, Reuter et al. 2020:
- Information über die Rolle von Präsentismus bei der Infektionsausbreitung
- Stellvertretungen benennen
- Kommunikation: Vorgehen im Krankheitsfall verdeutlichen
- Vorbildfunktion wahrnehmen

Nötige Basis für aktuelle Arbeitsanforderungen bereitstellen

Unzureichend gestaltete Arbeitsbedingungen, die nicht an die aktuellen Erfordernisse angepasst sind, können Stresssituationen weiter verstärken. Möglicherweise sind Anforderungen mit einer nötigen Erneuerung der Arbeitsmittelausstattung (inklusive Software, Hardware u. A.) oder mit einer Erweiterung von Kompetenzen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verbunden:
- Stellen Sie dazu betriebsinterne Mitteilungen und Informationen zur Verfügung.
- Ermöglichen Sie die aktuelle Bedarfsklärung mit zuständigen Anlaufstellen.
- Das Reduzieren von Stressfaktoren (im Bereich Arbeitsbedingungen) ist in dieser Situation besonders wichtig.

1 Quelle: Reuter, Lunau, Engels, Hoven, Dragano: „Präsentismus in Zeiten der COVID-19-Pandemie", in: Sicher ist Sicher, ESV, Mai 2020.

Unsicherheit und Ängsten entgegenwirken

Die Weltgesundheitsorganisation[2] (WHO) empfiehlt,

- ***sich max. 2 Mal pro Tag über aktuelle Nachrichten zu informieren,***
- ***es zu vermeiden, sich mit Berichten zu beschäftigen, die Angst oder Stress auslösen,***
- ***hauptsächlich nach gesicherten Fakten zu suchen, um seine Umgebung und sich selbst schützen zu können.***

Weiters stellt die WHO klar, dass eine quasi ununterbrochene Informationsaufnahme über die Krise bei jedem Menschen Besorgnis auslösen kann.

Folgende Maßnahmen können Betroffene unterstützen, durch die Krise hervorgerufene Gefühle der Hilf- oder Machtlosigkeit zu mindern und das „Hier und Jetzt" sowie die eigene Aktivität und Handlungsfähigkeit in den Vordergrund zu rücken:

- Bei der Einholung von Information die Faktenlage in Österreich und der eigenen Umgebung in das Zentrum des Interesses stellen.
- In schwierigen Phasen auf jene Aspekte konzentrieren, die direkt beeinflussbar sind.
- Aktiv bleiben – auch bezogen auf scheinbare Kleinigkeiten.
- Bestehende Ängste einem kurzen Realitätscheck unterziehen.
- Grübeln und Gedankenkreisen aktiv unterbrechen (z. B. mit bewegten Pausen, Gesprächen).

Jede Einzelne bzw. jeder Einzelne kann während dieser Krisenzeit über das gewohnte Ausmaß mit Ängsten und Sorgen konfrontiert sein. Erinnerungen an die Umsetzung der betriebsinternen Vorgaben geben den grundsätzlichen Rahmen für sicheres Verhalten und wirken damit Unsicherheiten entgegen:

- Die Einhaltung aktueller Maßnahmen ist ein wesentlicher, persönlicher Beitrag von jeder bzw. jedem Einzelnen und für die Eindämmung des Virus wichtig und notwendig.

Im persönlichen Gespräch

Der Austausch in der Kollegenschaft kann in einzelnen Phasen der Bewältigung auch dazu führen, dass nicht gesicherte Mitteilungen, Schuldzuweisungen oder Gerüchte verbreitet werden.

- Reflektieren Sie immer wieder in persönlichen Gesprächen abseits von fachlicher Koordination der Arbeit, welche Inhalte im Austausch mit anderen transportiert werden.
- Besonders, wenn durch die Krise soziale Kontakte auf bestimmte Zeit rar sind: Weisen Sie bei Bedarf in Ihrem Team darauf hin, dass auf möglicherweise Panik auslösende Nachrichten verzichtet werden soll.

Eine Begegnung kann auch dazu dienen und bewusst genützt werden, um …

- von positiven Erlebnissen und Ereignissen zu berichten.
- die derzeitige Notwendigkeit von Maßnahmen und ihre zeitliche Begrenztheit zu betonen.
- erreichbare Ziele und realistische Pläne in Erinnerung zu rufen.
- sich gegenseitig im Durchhalten zu unterstützen und besonders in schwierigeren Phasen zu bestärken.

---

2 *Weltgesundheitsorganisation (2020) Mental Health Considerations during COVID-19 Outbreak. https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf?sfvrsn=6d3578af_2, Zugriff am 01. April 2020*

Geplanter Umgang mit Ressourcen und Stressoren am Arbeitsplatz

Wenn derzeit besondere Anforderungen oder ungewohnte Aufgaben, z. B. eine intensivere Nutzung digitaler Medien, von Arbeitsgruppen gefordert sind:

- Versuchen Sie trotz möglicherweise dringlicher Notwendigkeit eines effektiven inhaltlichen Austausches fehlertolerant miteinander umzugehen und daran zu erinnern, dass neue Arbeitsabläufe vorerst eine spürbare Anstrengung mit sich bringen können, aber sich mit der Zeit einspielen werden.
- Betonen Sie insbesondere in schwierigen Phasen bewusst Positives und Gelungenes. Was ist in Anbetracht der Umstände besonders gut umgesetzt worden?

Folgende Aspekte sind unabhängig der Krise für die Gestaltung guter Arbeit nötig und zurzeit auch besonders wichtig:

- Wenn möglich, Aufgaben abwechselnd ausführen: Auf stark beanspruchende Teiltätigkeiten sollten gut eingeübte Routinetätigkeiten folgen.
- Nützen Sie Ihre Arbeitspausen, um sich zu regenerieren. Kommunizieren Sie bei Bedarf die positive Wirkung von Pausen und respektieren Sie die menschlichen Leistungsgrenzen.

Das regelmäßige Ausführen von Arbeiten, durch die Erfolgserlebnisse erwartet werden, lässt eine aufrechte Handlungsfähigkeit, Stabilität und Selbstwirksamkeit erleben.

Weitere Hinweise für die persönliche Psychohygiene

Während einer Krise ist es möglich wie in einer Hochschaubahn der Gefühle, häufigerem Stimmungswechsel als gewohnt, ausgesetzt zu sein.

Das menschliche Bedürfnis nach Sinnhaftigkeit kann sich in besonders herausfordernden Phasen des Lebens deutlicher bemerkbar machen.

Krisenzeiten können auch eine ungünstige „Gelegenheit" sein, auf nicht adäquate emotionale Problemlösestrategien zurückzugreifen oder in Verhaltensmuster zu kippen, die nicht gesundheitsförderlich sind.
Achten Sie auf folgende Kennzeichen der persönlichen Überforderung und reagieren Sie im Sinne der körperlichen und psychischen Gesundheit:

- Einschlaf-, Durchschlaf- oder Erholungsschwierigkeiten
- Müdigkeit, erhöhte Reizbarkeit, Nervosität, Frustration
- Angst, Energie- und Lustlosigkeit
- Erhöhter Alkohol-, Tabak- oder Medikamentenkonsum

Krisenbewältigung kostet Energie, die sonst frei zur Verfügung steht. Diese schnellere „Entleerung der Batterie" kann deutlich spürbar sein! Stellen Sie keine übermenschlichen Ansprüche an sich selbst – aber auch nicht an andere!

Folgende Tipps können das Bewahren der psychischen Gesundheit unterstützen und ungünstige Bewältigungsstrategien stoppen:

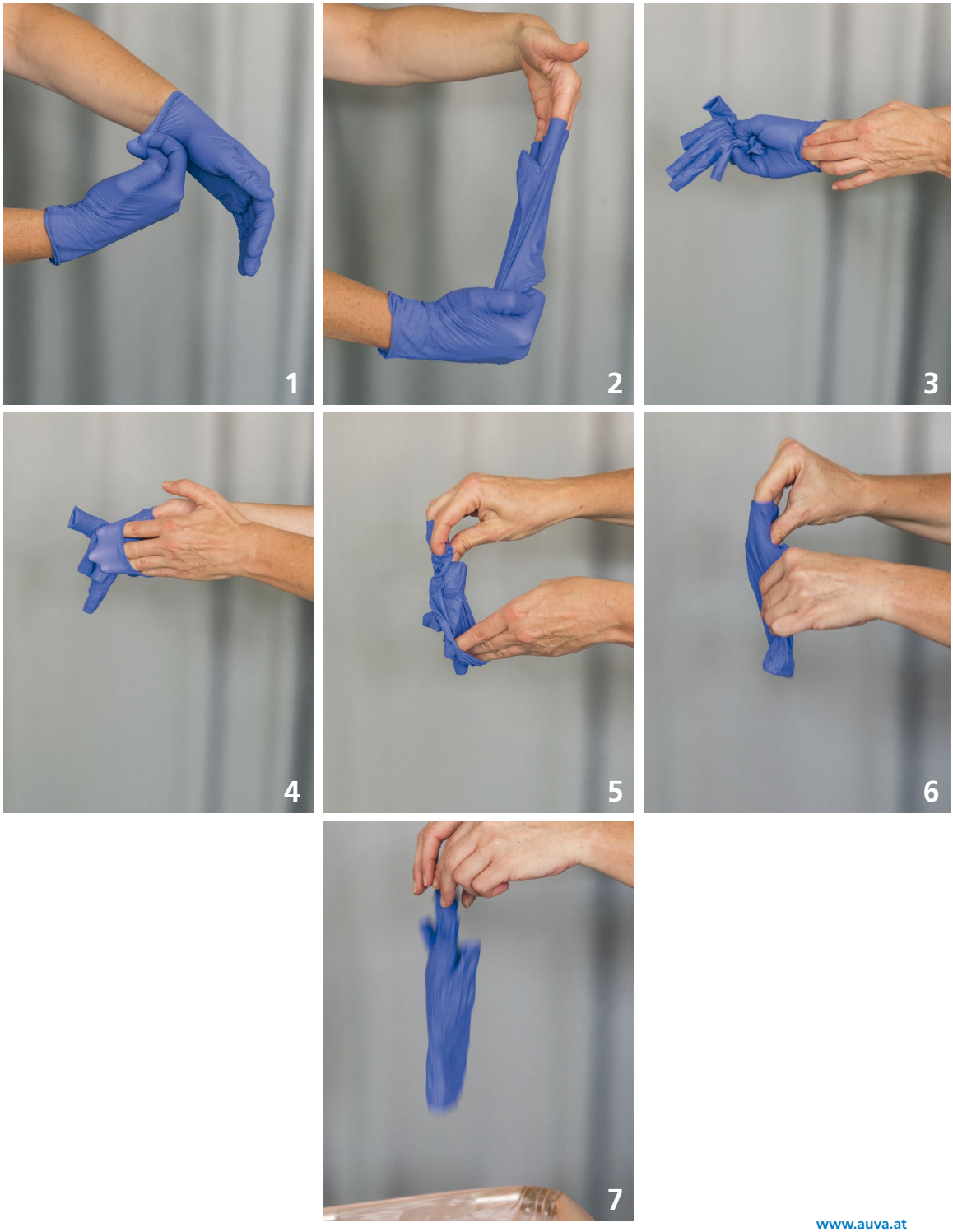
- Eigene Bedürfnisse wahrnehmen und auf deren Befriedigung achten
- Gewählte und angewendete Strategien oder Regenerationsmaßnahmen auf deren langfristige Wirkung überprüfen und kontraproduktives, schädliches Verhalten vermeiden
- Aufrechthalten von positiven, sozialen Kontakten

Bei übermäßigen Sorgen oder Ängsten einen vertrauenswürdigen Menschen in der eigenen Umgebung kontaktieren oder mit öffentlichen Anlaufstellen, z. B. dem Kriseninterventionszentrum in Verbindung treten.

Weitere Informationen unter:
www.kriseninterventionszentrum.at

Anhang I

Wichtig!
Handschuhe immer richtig ausziehen!



www.auva.at

Erste Hilfe und Durchführung der Wiederbelebung im Umfeld der COVID-19-Pandemie

Version 15.04.2020

FAQ – Häufige Fragen und Empfehlungen

Muss ich auch während der Corona-Krise Erste Hilfe leisten?
Ja, Sie müssen zumutbare Erste Hilfe leisten. Das Absetzen des Notrufs ist jedenfalls Pflicht. Wenn Sie sich unsicher sind, wird Sie die Rettungsleitstelle (144) bei den Maßnahmen telefonisch unterstützen.

Muss ich in der Corona-Krise einen Mund-Nasen-Schutz (MNS) tragen, wenn ich bei einer fremden Person Erste Hilfe leiste?
Ja, es ist sinnvoll vor fremden Menschen einen MNS zu tragen. Auch ist es nützlich, wenn erkrankte/verletzte Personen einen MNS tragen.

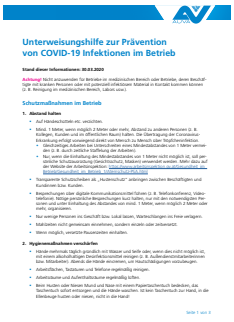
Muss ich meine Hände desinfizieren, wenn ich in der Corona-Krise Erste Hilfe leiste?
Ja, es ist sinnvoll, vor und nach jeder Erste-Hilfe-Leistung Ihre Hände mit Seife warm und gründlich zu waschen bzw. zu desinfizieren. Falls Sie Einmalhandschuhe griffbereit haben, können Sie diese verwenden.

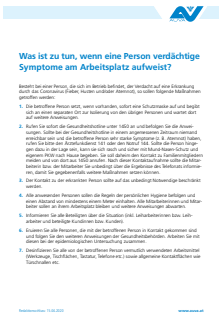
Wie überprüfe ich in der Corona-Krise die Atmung bei einer reglosen Person?
Nach dem Überstrecken des Kopfes und Hochziehen des Kinns beschränkt sich die Kontrolle auf die Beobachtung (sehen). Schauen Sie, ob sich der Brustkorb der betroffenen Person normal hebt und senkt. Wenn Sie keine Lebenszeichen erkennen können und somit keine Atmung vermuten, rufen Sie sofort die Rettung (144) und beginnen mit der Herzdruckmassage.

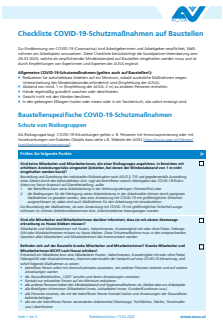
Wie gehe ich in der Corona-Krise bei der Wiederbelebung vor? Muss ich beatmen?
Wenn Sie die Person kennen und keine Infektion vermuten, führen Sie als trainierte/r Helfer/in abwechselnd 30 Herzdruckmassagen und 2 Beatmungen durch.
Wenn Sie die Person kennen und unsicher über den Infektionszustand sind, führen Sie keine Beatmungen durch und konzentrieren sich auf die Herzdruckmassage.
Wenn Sie die Person nicht kennen, verzichten Sie auf die Beatmung und führen Sie nur die Herzdruckmassage durch.

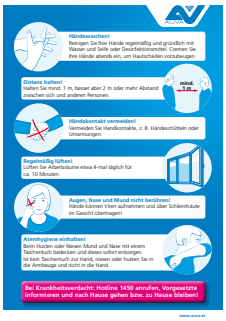
Bei vorhandenem Defibrillator verwenden Sie diesen.

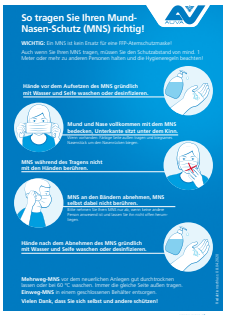
Materialien zum Download



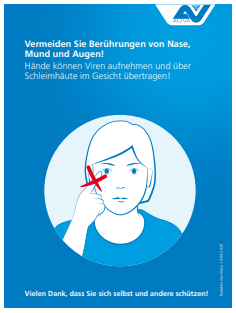








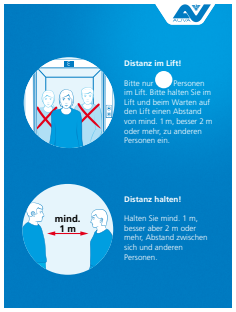
Beim Husten oder Niesen verwenden Sie bitte ein Taschentuch und entsorgen Sie dieses sofort.
Ist kein Taschentuch zur Hand, niesen oder husten Sie in die Armbeuge und nicht in die Hand!
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!


Vermeiden Sie Berührungen von Nase, Mund und Augen!
Hände können Viren aufnehmen und über Schleimhäute im Gesicht übertragen!
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!

Halten Sie bitte Abstand!
Mindestens 1 m, besser noch 2 m.
mind.
1 m
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!

Verzichten Sie auf Handkontakt durch Händeschütteln und Umarmungen!
Auch ein freundliches Nicken zeigt Sympathie und Wertschätzung.
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!

Lüften Sie Räumlichkeiten regelmäßig, am besten rund zehn Minuten, vier Mal täglich!
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!


Distanz im Lift!
Bitte nur Personen im Lift. Bitte halten Sie im Lift und beim Warten auf den Lift einen Abstand von mind. 1 m, besser 2 m oder mehr, zu anderen Personen ein.
Distanz halten!
Halten Sie mind. 1 m, besser aber 2 m oder mehr, Abstand zwischen sich und anderen Personen.
mind.
1 m

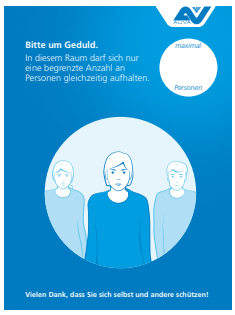
Bitte Mund-Nasen-Schutz tragen!
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!

Bitte nur einzeln im Büro aufhalten!
Das minimiert die Übertragungsgefahr.
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!

Bei Symptomen und Verdacht auf eine Infektion rufen Sie bitte umgehend 1450!
1450
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!

Bitte zahlen Sie nach Möglichkeit kontaktlos!
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!

Bitte hier warten und Abstand halten!
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!


Bitte um Geduld.
In diesem Raum darf sich nur eine begrenzte Anzahl an Personen gleichzeitig aufhalten.
maximal
Personen
Vielen Dank, dass Sie sich selbst und andere schützen!

Anhang II

Weitere Informationen unter:
www.arbeitsinspektion.gv.at

Weitere Informationen unter:
www.sozialministerium.at

HSP – M.plus 010 – 9/2020 – kah
Titelfoto: © ludmilla_m/AdobeStock

Coronavirus
So bleiben wir gesund im Betrieb

Bitte wenden Sie sich in allen Fragen des Gesundheitsschutzes und der Sicherheit bei der Arbeit an den Unfallverhütungsdienst der für Sie zuständigen AUVA-Landesstelle:

Oberösterreich:
UVD der Landesstelle Linz
Garnisonstraße 5, 4010 Linz
Telefon +43 5 93 93-32701

Salzburg, Tirol und Vorarlberg:
UVD der Landesstelle Salzburg
Dr.-Franz-Rehrl-Platz 5, 5010 Salzburg
Telefon +43 5 93 93-34701

UVD der Außenstelle Innsbruck
Ing.-Etzel-Straße 17, 6020 Innsbruck
Telefon +43 5 93 93-34837

UVD der Außenstelle Dornbirn
Eisengasse 12, 6850 Dornbirn
Telefon +43 5 93 93-34932

Steiermark und Kärnten:
UVD der Landesstelle Graz
Göstinger Straße 26, 8020 Graz
Telefon +43 5 93 93-33701

UVD der Außenstelle Klagenfurt am Wörthersee
Waidmannsdorfer Straße 42,
9020 Klagenfurt am Wörthersee
Telefon +43 5 93 93-33830

Wien, Niederösterreich und Burgenland:
UVD der Landesstelle Wien
Webergasse 4, 1200 Wien
Telefon +43 5 93 93-31701

UVD der Außenstelle St. Pölten
Kremser Landstraße 8, 3100 St. Pölten
Telefon +43 5 93 93-31828

UVD der Außenstelle Oberwart
Hauptplatz 11, 7400 Oberwart
Telefon +43 5 93 93-31901

Infos für Führungskräfte
Das Plus an Sicherheit!

Medieninhaber und Hersteller: Allgemeine Unfallversicherungsanstalt, Adalbert-Stifter-Straße 65, 1200 Wien
Verlags- und Herstellungsort: Wien