

FÜR ARBEITNEHMERINNEN UND ARBEITNEHMER

HINWEISE ZUM NEUARTIGEN CORONAVIRUS (SARS-COV-2) UND DER ERKRANKUNG (COVID-19)

Was sollten Sie unternehmen, um das Infektionsrisiko gering zu halten?

- ▶ Beachten Sie die **AHA-Formel**:
 - **Abstand halten**: Achten Sie auf einen Mindestabstand von mindestens 1,5 Metern zu anderen Personen.
 - **Hygiene beachten**: Befolgen Sie die [Hygieneregeln](#) in Bezug auf Niesen, Husten und Händewaschen.
 - **Alltagsmasken**: Tragen Sie eine Alltagsmaske bzw. [Mund-Nasen-Bedeckung](#) dort, wo es vorgeschrieben ist. In Betrieben ist dies immer dann der Fall, wenn der Mindestabstand nicht sicher eingehalten werden kann (z. B. in Teeküchen, Aufenthaltsräumen, bestimmten Arbeitsprozessen).
- ▶ Helfen Sie Kolleginnen und Kollegen mit geringen Deutschkenntnissen, die [Hygienetipps](#) zu verstehen.
- ▶ Vermeiden Sie Dienstreisen und persönliche Besprechungen, nutzen Sie stattdessen die Möglichkeiten zu Telefon- und Videokonferenzen. Wenn Präsenzveranstaltungen unbedingt notwendig sind, muss der Mindestabstand von 1,5 Meter gewährleistet sein.
- ▶ Arbeiten Sie in Abstimmung mit der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber, wenn möglich, von zu Hause aus. Bitte beachten Sie aber, dass Sie hierauf keinen gesetzlichen Anspruch haben.
- ▶ Wenn Sie am Arbeitsplatz gebraucht werden und öffentliche Verkehrsmittel nutzen, um zur Arbeit zu gelangen, halten Sie möglichst Abstand von Mitfahrenden und tragen Sie eine Mund-Nasen-Bedeckung. Oder kommen Sie zu Fuß, mit dem Fahrrad oder dem eigenen Auto.
- ▶ Organisieren Sie Ihre Arbeitsabläufe so, dass Sie möglichst wenig direkten Kontakt zu Ihren Kolleginnen und Kollegen haben – auch in den Pausen.
- ▶ Arbeiten Sie, wenn möglich, einzeln oder in kleinen festen Teams (z. B. im Büro oder auf Baustellen).
- ▶ Nutzen Sie die von Ihrem Betrieb bereitgestellten Hygieneangebote, um eine Ansteckung zu vermeiden, wie z. B. die Möglichkeiten zum Händewaschen oder zur Händedesinfektion sowie bereitgestellte Mund-Nasen-Bedeckungen.
- ▶ Lüften Sie die Arbeitsräume regelmäßig und ausreichend lange.
- ▶ Teilen Sie Arbeitsplätze oder Gegenstände (z. B. Tastaturen, Werkzeuge) möglichst nicht mit anderen Personen. Ist dies nicht möglich, muss Ihr Arbeitsplatz vor der Übergabe an eine andere Person gründlich mit haushaltsüblichen Reinigungsmitteln gereinigt werden. Eine vorsorgliche Flächendesinfektion bringt grundsätzlich keine Vorteile.
- ▶ Arbeitsmittel wie Headsets, Kugelschreiber und Bleistifte sollten prinzipiell nie gemeinsam genutzt werden.



- ▶ Achten Sie darauf, dass in Firmenfahrzeugen, die von mehreren Personen genutzt werden, Desinfektionsmittel mit Papiertüchern und Müllbeuteln vorhanden sind.
- ▶ Wenn Sie Arbeitskleidung oder Schutzausrüstung tragen, bewahren Sie sie getrennt von Ihrer Alltagskleidung auf.
- ▶ Falls Sie krank sind, bleiben Sie auf jeden Fall zu Hause, insbesondere wenn Sie Husten, erhöhte Temperatur oder Fieber, Kurzatmigkeit, Verlust des Geruchs- /Geschmackssinns, Schnupfen, Halsschmerzen, Kopf- und Gliederschmerzen oder allgemeine Schwäche verspüren, Sie schützen damit sich und andere.

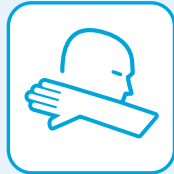
Hinweis: Die hier genannten Punkte sind größtenteils Bestandteil des SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandards, die das Bundesministerium für Arbeit und Soziales am 16.04.2020 herausgegeben hat. Für einzelne Branchen bzw. Betriebe kann es weitergehende Standards geben, die hiervon abweichen. Arbeitgebende sind aufgefordert, Ihre Beschäftigten entsprechend zu unterweisen.

Was sollten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer bei einem Verdacht oder einer Ansteckung tun?

- ▶ Wenn Sie in den letzten 14 Tagen Kontakt zu einer Person hatten, bei der das Coronavirus nachgewiesen wurde, sollten Sie unverzüglich das zuständige Gesundheitsamt telefonisch informieren – auch dann, wenn Sie selbst keine Krankheitszeichen haben. Das zuständige Gesundheitsamt kann über eine [Datenbank](#) des Robert Koch-Instituts ermittelt werden. Eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter wird sie befragen und dann entscheiden, ob eine Quarantäne notwendig ist.
- ▶ Wenn Sie Krankheitszeichen bemerken, die auf das Coronavirus hindeuten, wenden Sie sich telefonisch an Ihre Hausarztpraxis, den ärztlichen Bereitschaftsdienst (**Tel. 116 117**) oder lokale Bürgertelefone für Gesundheitsfragen zu Corona. Informationen zu Bürgertelefonen finden Sie auf der Website Ihrer Stadt oder Gemeinde. Ob ein Test auf das Coronavirus notwendig ist, entscheidet die behandelnde Ärztin oder der behandelnde Arzt.
- ▶ Informieren Sie bei einer Erkrankung umgehend Ihre Arbeitgeberin oder Ihren Arbeitgeber auch über die voraussichtliche Dauer Ihres Fernbleibens. Sie sind als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer grundsätzlich dazu verpflichtet.
- ▶ Zwar müssen Sie in Deutschland der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber gegenüber normalerweise keine Auskunft darüber geben, woran sie erkrankt sind; bei einer Infektion mit dem Coronavirus ist dies jedoch anders. Bei SARS-CoV-2 handelt es sich um ein hochansteckendes Virus, sodass Sie dem Arbeitgeber eine entsprechende Infektion mitteilen müssen, wenn er dies verlangt. Nur so kann er im Rahmen seiner Fürsorge- und Schutzpflicht die Belange aller Mitarbeitenden schützen.
- ▶ Dies gilt auch in einem Verdachtsfall. Dies ermöglicht die Veranlassung entsprechender Maßnahmen gegen die Verbreitung des Virus im Betrieb.



Wie können Sie die Übertragung vermeiden?



Halten Sie beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen und drehen Sie sich am besten weg. Niesen und husten Sie in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch, das Sie danach entsorgen.



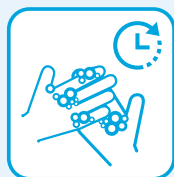
Halten Sie die Hände vom Gesicht fern. Vermeiden Sie es, mit den Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.



Vermeiden Sie Berührungen, wenn Sie andere Menschen begrüßen. Halten Sie einen Abstand von mindestens 1,5 m zu anderen Menschen.



Teilen Sie Gegenstände wie z. B. Arbeitsmaterialien möglichst nicht mit anderen Personen.



Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mindestens 20 Sekunden lang mit Wasser und Seife.



Reinigen Sie Ihren Arbeitsplatz gründlich und insbesondere beim Verlassen oder bei Dienstantritt, wenn Sie ihn mit anderen Personen teilen (z. B. Tastaturen). Im Einzelfall kann eine Desinfektion erforderlich sein, wenn z. B. der Arbeitsplatz von einer erkrankten Person genutzt wurde.



Welche Bedeutung haben psychische Belastungen?

Das Coronavirus führt in weiten Teilen der Arbeitswelt zu großen Veränderungen. Viele Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sind von Kurzarbeit betroffen, andere haben ihren Arbeitsplatz verloren. Finanzielle Sorgen und Zukunftsängste machen sich breit. Während die einen keine Arbeit haben, erhöht sich für Angehörige in anderen Branchen dagegen die Arbeitsbelastung, so z. B. im Gesundheitswesen oder im Handel, weil plötzlich andere Produkte und Dienstleistungen gefragt sind. Wieder andere müssen sich neue Kompetenzen oder Methoden aneignen, z. B. das Arbeiten über Telefon- oder Videokonferenzen. Auch die Arbeit von zu Hause aus ist für viele eine ungewohnte und neue Situation. Eltern mit Kindern oder zu pflegenden Angehörigen sind in diesem Zusammenhang besonders gefordert.

Die Corona-Pandemie bringt viele neue Herausforderungen und kann psychisch belastend erlebt werden. Möglicherweise haben Sie Sorgen wie diese:

- ▶ Angst, sich am Arbeitsplatz anzustecken, weil Sie zu einer Risikogruppe gehören
- ▶ in einem systemrelevanten Bereich müssen häufig viele Überstunden gemacht werden, was zur Überlastung führen kann
- ▶ Angst um den Arbeitsplatz.
- ▶ Kurzarbeiter- oder Arbeitslosengeld ist nicht ausreichend (finanzielle Sorgen)
- ▶ Einsamkeit durch die Arbeit von zu Hause aus; direkter Kontakt zu Kolleginnen und Kollegen fehlt.
- ▶ Schwierigkeiten bei der Strukturierung des Arbeitstags; Trennung von Arbeit und Freizeit

Wenn Sie das Bedürfnis nach Hilfe haben, nutzen sie Angebote wie die Telefonseelsorge oder andere Krisendienste. Suchen Sie das Gespräch mit Ihrer Chefin oder Ihrem Chef, wenn Sie ständig überlastet sind. In großen Betrieben können Sie sich von der Betriebsärztin oder dem Betriebsarzt beraten lassen. Hilfreiche Informationen finden Sie auch auf dem Internetportal [Zusammen gegen Corona](https://www.zusammengegen-corona.de).

