

**1. Allgemeine Anforderungen**

Anlass für eine Unterweisung ist vor allem die Aufnahme einer Tätigkeit (DGUV V1 „Grundsätze der Prävention“). Diese Grundunterweisung dient zur Unterweisung vor Aufnahme der Tätigkeit und ist ggf. durch mitgeltende Betriebsanweisungen zu ergänzen. pluss trifft die erforderlichen Maßnahmen zur Verhütung von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten sowie für wirksame Erste Hilfe, wie sie in staatlichen und genossenschaftlichen Arbeitsschutzvorschriften, Unfallverhütungsvorschriften u.a.m. näher bestimmt ist. pluss darf keine sicherheitswidrigen Weisungen erteilen.

**2. Allgemeine Vorschriften**

- Sie unterstützen alle der Arbeitssicherheit dienenden Maßnahmen und dürfen sich nicht durch Alkohol-, Drogen- oder Medikamentengenuss in einen Zustand versetzen, durch den Sie sich selbst oder andere gefährden können. Während der Arbeitszeit gilt striktes Alkohol-, Drogen- und Medikamentenverbot.
- Stellen Sie an Einrichtungen Sicherheitsmängel fest, beseitigen Sie diese sofort. Gehört dies nicht zu Ihrer Arbeitsaufgabe bzw. verfügen Sie nicht über die erforderliche Sachkunde, melden Sie den Mangel sofort dem Vorgesetzten und nehmen die Arbeit nicht auf. Sie dürfen Einrichtungen, Arbeitsmittel, Arbeitsstoffe nur zu dem Zweck verwenden, der vom Kunden bzw. pluss bestimmt ist. An gefährlichen Stellen arbeiten Sie nur im Rahmen der Ihnen übertragenen Aufgaben und unter Einhaltung der Sicherheitsauflagen.
- Halten Sie unbedingt die zu Ihrer Sicherheit gegebenen Weisungen ein, wie Aushänge, Verbots-, Warn-, Gebots- und Hinweiszeichen.
- Kennen und halten Sie die Betriebsanweisungen der von Ihnen benutzten technischen Einrichtungen, Arbeitsmittel, PSA etc. ein.
- Betreten Sie keine Betriebsbereiche, die nicht zu Ihrem Tätigkeitsbereich gehören: Zutrittsverbote sind strikt einzuhalten!
- Benutzen Sie nur vorgeschriebene Verkehrswege und verkehrssichere Fahrzeuge - und halten Sie die Verkehrsregeln ein.
- Essen und trinken Sie nur in den dafür vorgesehenen Räumen.
- Halten Sie Ordnung am Arbeitsplatz und beseitigen Sie entstandene Gefahren, z.B. Stolper- u. Rutschgefahren, Öl-, Wasserlachen...).
- Versperren Sie keine Flucht- und Rettungswege.
- Vorsicht beim Umgang mit offenem Feuer - Rauchverbot beachten.
- Informieren Sie sich, wo sich die Feuerlöscheinrichtungen befinden und machen Sie sich mit den Flucht- und Rettungswegen vertraut.

**1. Wymagania ogólne**

Powodem wydania instrukcji jest rozpoczęcie pracy (Niemieckie Ustawowe Ubezpieczenie Wypadkowe Przepis 1 „Zasady zapobiegania“). Niniejsza podstawowa instrukcja służy jako instrukcja przed rozpoczęciem pracy i może być ew. uzupełniona innymi obowiązującymi instrukcjami obsługi. pluss podejmuje niezbędne środki zapobiegające wypadkom przy pracy, chorobom zawodowym oraz polegające na udzielaniu skutecznej Pierwszej Pomocy, określone bliżej w państwowych i spółdzielczych przepisach bezpieczeństwa pracy, przepisach o zapobieganiu wypadkom itp. pluss nie ma prawa wydawać żadnych dyspozycji sprzecznych z bezpieczeństwem.

**2. Przepisy ogólne**

- Akceptujecie Państwo wszelkie środki służące bezpieczeństwu pracy, nie możecie wprowadzać się w stan poprzez spożycie alkoholu, narkotyków lub leków, który mógłby zagrażać Państwu lub innym. W godzinach pracy obowiązuje całkowity zakaz spożywania alkoholu, narkotyków i leków.
- Jeśli stwierdzą Państwo jakiegokolwiek braki w zakresie bezpieczeństwa w obiektach, wówczas należy je natychmiast usunąć. Jeśli nie należy to do Państwa zadań w pracy wzgl. nie posiadają Państwo niezbędnej wiedzy, wówczas należy zgłosić problem natychmiast swojemu przełożonemu i nie rozpoczynać pracy. Urządzeń, środków roboczych i materiałów roboczych można używać wyłącznie zgodnie z przeznaczeniem określonym przez Klienta wzgl. pluss. W miejscach niebezpiecznych będą Państwo pracować wyłącznie w zakresie powierzonych Państwu zadań i z zachowaniem wymogów bezpieczeństwa.
- Należy koniecznie przestrzegać wskazówek podanych dla Państwa własnego bezpieczeństwa, takich jak tabliczki informacyjne, znaki zakazu, ostrzeżenia, nakazy i znaki informacyjne.
- Należy znać i przestrzegać instrukcji obsługi sprzętu technicznego, środków roboczych, środków ochrony indywidualnej, których Państwo używają.
- Nie należy wchodzić do żadnych obszarów zakładu, które nie należą do Państwa obszaru działalności: należy bezwzględnie przestrzegać zakazów wstępu!
- Należy korzystać wyłącznie z wyznaczonych dróg komunikacyjnych i sprawnych pojazdów oraz przestrzegać przepisów ruchu drogowego.
- Należy jeść i pić tylko w wyznaczonych do tego celu pomieszczeniach.
- Należy utrzymywać porządek w miejscu pracy i eliminować powstałe zagrożenia, np. ryzyko potknięcia się i poślizgu, kałuże oleju i wody...).
- Nie należy blokować dróg ewakuacyjnych i ratowniczych.
- Należy zachować ostrożność podczas obchodzenia się z otwartym ogniem – należy przestrzegać zakazu palenia papierosów.
- Należy doinformować się, gdzie znajduje się sprzęt gaśniczy i zapoznać się z drogami ewakuacyjnymi i ratowniczymi.

LQS	Rev.-Index / Indeks: 19	Datum / Data: 06 / 2021	* Es wird zur besseren Lesbarkeit im Text nur die männliche Sprachform verwandt. Der Text gilt unter Berücksichtigung des AGG für alle Geschlechter. / * Dla lepszej czytelności w tekście zastosowano wyłącznie męską formę językową. Tekst dotyczy wszystkich płci z uwzględnieniem niem. ustawy o równym traktowaniu [AGG].	1 von / z 6
-----	----------------------------	----------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------



gestattet! Sollten Sie die o.a. Meldefristen nicht einhalten, gefährden Sie Ihren Versicherungsschutz bei der VBG.

- pluss meldet der VBG jeden unfallpflichtigen Unfall - eine Kopie der Unfallanzeige können Sie von pluss verlangen.
- Der Anspruch auf Kostenübernahme kann bei einem Fehlverhalten oder bei Eigenverschulden entfallen, weiterhin müssen Sie bei Verstoß gegen die o.a. Meldepflicht bei Unfallanzeigen mit arbeitsrechtlichen Maßnahmen durch pluss (Abmahnung) rechnen.

**5. Persönliche Schutzausrüstung (PSA) / Warnkleidung**

Die für Ihren Arbeitsplatz erforderliche PSA/Warnkleidung laut Einsatzzuweisung ist zu tragen, ausschließlich bestimmungsgemäß zu benutzen und regelmäßig auf funktionsfähigen Zustand zu prüfen. Festgestellte Mängel sind dem Kunden bzw. pluss sofort zu melden. Bei Missachtung der Tragepflicht für PSA / Warnkleidung sowie bei Verletzung der Anweisungen ist pluss zum Ergreifen arbeitsrechtlicher Maßnahmen berechtigt. Sofern Arbeitsunfälle mit anschließender Arbeitsunfähigkeit durch das Nichttragen oder die unsachgemäße Nutzung von PSA vom Mitarbeiter verschuldet werden, ist pluss berechtigt, die Entgeltfortzahlung zu verweigern. Die VBG kann in diesem Fall die Zahlung von Leistungen zur Genesung, aufgrund von Eigenverschulden, ebenfalls verweigern.

**6. Brandschutz**

Vorbeugender Brandschutz: Rauchverbote beachten - Vorsicht mit offenem Feuer, z.B. Kerzen - Kerzen auf nicht brennbaren Unterlagen abstellen - Zündquellen durch defekte elektrische Geräte vermeiden - Elektrische Geräte auf nicht brennbaren Unterlagen abstellen und sofort nach Gebrauch abschalten - Leicht entzündliche Arbeitsstoffe nicht in der Nähe von oder auf Heizkörpern abstellen - Bei Leuchten, die sich stark erwärmen, auf ausreichenden Abstand zu brennbaren Gegenständen achten.

Flucht- und Rettungswege: Machen Sie sich mit den Rettungswegen am Arbeitsplatz vertraut - Beachten Sie die Kennzeichnung für Rettungswege - Achten Sie darauf, dass Fluchttüren/Notausgänge nicht abgeschlossen und von innen zu öffnen sind - Halten Sie Flucht- und Rettungswege sowie Notausgänge jederzeit frei und verstellen Sie diese nicht - Brandschutztüren nicht feststellen - Im Notfall die vereinbarte Sammelstelle aufsuchen - Machen Sie sich mit dem Alarmplan vertraut.

Verhalten im Brandfall: Alarmplan beachten - Ruhe bewahren, Brand melden: Feuerwehr 112 - Gefährdete Personen warnen, Hilflöse mitnehmen, sich selbst in Sicherheit bringen - Türen und Fenster zum Brandbereich schließen - Gekennzeichneten Fluchtwegen folgen, sowie: Keinen Aufzug benutzen - Bei kleineren Bränden Löschversuch unternehmen - Sich selbst nicht gefährden.

Notruf - Ein Notruf enthält folgende Angaben:  
Wo ist es passiert? - Was ist passiert? - Wie viele Verletzte gibt es? - Welche Art von Verletzungen liegen vor? - Warten auf Rückfragen! Notrufnummern am Aushang beachten!

okolicznościach! Jeżeli nie dotrzymają Państwo ww. terminów zgłoszenia, wówczas narażają Państwo swoją ochronę ubezpieczeniową w zrzeczeniu zawodowym.

- pluss zgłasza do zrzeczenia zawodowego każdy wypadek podlegający ubezpieczeniu wypadkowemu – mogą Państwo zażądać kopii protokołu wypadku od pluss.
- Prawo do pokrycia kosztów może nie mieć zastosowania w przypadku niewłaściwego zachowania się lub własnej winy, ponadto w przypadku naruszenia ww. obowiązku zgłaszania wypadków należy liczyć się z podjęciem działań wynikających z prawa pracy przez pluss (upomnienie).

**5. Środki ochrony indywidualnej / odzież odblaskowa**

Środki ochrony indywidualnej/ odzież odblaskową wymaganą w Państwa miejscu pracy należy nosić zgodnie z przydzielonym zadaniem, używać wyłącznie zgodnie z jej przeznaczeniem i regularnie sprawdzać, czy jest w dobrym stanie. Stwierdzone wady należy niezwłocznie zgłosić klientowi lub pluss. W przypadku zignorowania obowiązku noszenia środków ochrony indywidualnej/ odzieży odblaskowej lub naruszenia instrukcji, pluss jest uprawniony do podjęcia działań wynikających z prawa pracy. Jeżeli wypadek przy pracy, po którym następuje niezdolność do pracy, jest spowodowany brakiem noszenia lub niewłaściwym użytkowaniem środków ochrony indywidualnej przez pracownika, wówczas pluss ma prawo odmówić kontynuacji wypłaty wynagrodzenia. W takim przypadku zrzeczenie zawodowe może również odmówić wypłaty świadczeń służących rekonwalescencji z powodu własnej winy.

**6. Ochrona przeciwpożarowa**

Zapobiegawcza ochrona przeciwpożarowa: Należy przestrzegać zakazu palenia papierosów – należy uważać na otwarty ogień, np. świece – świece należy ustawiać na niepalnych powierzchniach – należy unikać źródeł zapłonu na skutek uszkodzonych urządzeń elektrycznych - urządzenia elektryczne należy ustawiać na niepalnych powierzchniach i wyłączać je natychmiast po użyciu - nie należy umieszczać wysoce łatwopalnych materiałów roboczych w pobliżu grzejników lub na nich – w przypadku lamp, które bardzo się nagrzewają, należy upewnić się, że istnieje wystarczająca odległość od łatwopalnych przedmiotów.

Drogi ewakuacyjne i ratunkowe: Należy zapoznać się z drogami ewakuacyjnymi w miejscu pracy – należy zwrócić uwagę na oznakowanie dróg ewakuacyjnych – należy upewnić się, że drzwi ewakuacyjne/ wyjścia awaryjne nie są zamknięte i można je otworzyć od wewnątrz – należy zawsze zwalniać drogi ewakuacyjne, ratunkowe i awaryjne wyjścia oraz nie zastawiać ich. – nie należy zamykać drzwi przeciwpożarowych – w sytuacji awaryjnej należy udać się do uzgodnionego punktu zbiórki – należy zapoznać się z planem alarmowym.

Zachowanie w przypadku pożaru: należy przestrzegać planu alarmowego – należy zachować spokój, zgłosić pożar: straż pożarna 112 – należy ostrzec osoby zagrożone, zabrać ze sobą osoby bezbronne, zapewnić sobie samemu bezpieczeństwo – należy zamknąć drzwi i okna prowadzące do strefy pożaru – należy poruszać się po oznaczonych drogach ewakuacyjnych oraz: nie należy korzystać z windy – należy podjąć próby gaszenia małych pożarów – nie należy narażać siebie samego na niebezpieczeństwo.

Połączenie alarmowe — połączenie alarmowe powinno zawierać następujące informacje:  
Gdzie to się stało? - Co się stało? - Ilu jest rannych? - Jakiego rodzaju są urazy? - Należy czekać na pytania! Należy zwrócić uwagę na numery alarmowe na tablicy ogłoszeń!

LQS	Rev.-Index / Indeks: 19	Datum / Data: 06 / 2021	* Es wird zur besseren Lesbarkeit im Text nur die männliche Sprachform verwandt. Der Text gilt unter Berücksichtigung des AGG für alle Geschlechter. / * Dla lepszej czytelności w tekście zastosowano wyłącznie męską formę językową. Tekst dotyczy wszystkich płci z uwzględnieniem niem. ustawy o równym traktowaniu [AGG].	3 von / z 6
-----	-------------------------	-------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------

Einsatz von Feuerlöschern: Machen Sie sich mit den Standorten der Feuerlöscheinrichtungen vertraut - Verstellen Sie die Feuerlöscheinrichtungen nicht, sondern halten Sie den Zugang immer frei - Machen Sie sich mit der Handhabung der Feuerlöscheinrichtungen vertraut - Informieren Sie sich über eine effektive Brandbekämpfung.

Użycie gaśnic: należy zapoznać się z rozmieszczeniem sprzętu gaśniczego – nie należy zastawiać sprzętu gaśniczego, lecz zawsze zachować swobodny dostęp – należy zapoznać się z obsługą sprzętu gaśniczego – należy poinformować się, jak efektywnie zwalczać pożary.

Richtig löschen: Brand von vorne und unten sowie ggf. mit dem Wind/Luftzug angreifen und ablöschen - Bei Bedarf genügend Löscher mit mehreren Personen auf einmal einsetzen: nicht nacheinander - Vorsicht vor Wiederentzündung! - Verwendete Feuerlöscher nicht wieder aufhängen, sondern neu befüllen lassen!

Prawidłowe gaszenie: należy przystąpić do gaszenia i gasić pożar od przodu i od dołu oraz ew. za pomocą wiatru/ przeciągu – jeśli to konieczne należy użyć wystarczającej liczby gaśnic jednocześnie przez kilka osób: nie jedna po drugiej – należy uważać na ponowne zapalenie się! – nie należy wieszać ponownie zużytych gaśnic, lecz zlecić ich uzupełnienie!

**7. Infektionsschutz (Corona-Virus)**

**7. Ochrona przed infekcjami (koronawirus)**

Abstand halten: Halten Sie einen Abstand von mindestens 1,5 m zu anderen Menschen ein. Vermeiden Sie Berührungen und verzichten Sie auf Handschlag oder Umarmungen.

Zachowanie dystansu: należy zachować dystans co najmniej 1,5 m od innych osób. Należy unikać dotykania, podawania dłoni lub uścisków.

Regelmäßig Hände waschen: Wenn Sie nach Hause kommen - vor und während der Zubereitung von Speisen - vor den Mahlzeiten - nach dem Besuch der Toilette - nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen - vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten - nach dem Kontakt mit Tieren.

Regularne mycie dłoni: po powrocie do domu – przed i w trakcie przygotowywania posiłków – przed posiłkami – po skorzystaniu z toalety – po wydmuchaniu nosa, kaszlu lub kichaniu – przed i po kontakcie z osobami chorymi – po kontakcie ze zwierzętami.

Hände gründlich waschen: Hände unter fließendes Wasser halten und von allen Seiten mit Seife einreiben - dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen - mit einem sauberen Tuch trocknen.

Dokładne mycie dłoni: należy trzymać dłonie pod bieżącą wodą i natrzeć je ze wszystkich stron mydłem – odczekać od 20 do 30 sekund – osuszyć czystym ręcznikiem.

Hände aus dem Gesicht fernhalten: Vermeiden Sie es, mit Händen Mund, Augen oder Nase zu berühren.

Trzymanie dłoni z dala od twarzy: należy unikać dotykania dłońmi ust, oczu i nosa.

Gegenstände: Teilen Sie Gegenstände wie Tassen, Flaschen, Geschirr, Handtücher oder Arbeitsmittel, wie Stifte, nicht mit anderen Personen.

Przedmioty: nie należy dzielić z innymi osobami przedmiotów takich jak kubki, butelki, naczynia, ręczniki ani środki robocze, takie jak długopisy.

Richtig husten und niesen: Husten und niesen Sie am besten in ein Taschentuch oder halten Sie die Armbeuge vor Mund und Nase - Halten Sie dabei Abstand von anderen Personen und drehen sich weg.

Prawidłowe kaszlenie i kichanie: najlepiej należy kaszleć i kichać w chusteczkę lub trzymać zgięcie ręki przed ustami i nosem – należy zachować odległość od innych osób i odwrócić się.

Wunden schützen: Decken Sie Verletzungen und Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

Ochrona ran: należy przykryć urazy i rany plastrem lub bandażem.

Lüften: Geschlossene Räume mehrmals täglich für 5-10 Minuten lüften.

Wietrzenie: należy wietrzyć zamknięte pomieszczenia kilka razy dziennie przez 5-10 minut.

\*Landesgeschäftsstelle Qualitätssicherung – Krajowy Urząd ds. Zapewnienia Jakości

**VBG Fragebogen Nr. 33 Infektionskrankheiten / Kwestionariusz zrzeczenia zawodowego nr 33 Choroby zakaźne**

1	Welchen Mindestabstand zu anderen Personen müssen Sie einhalten? / Jaką minimalną odległość należy zachować od innych osób?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mindestens 1,5 Meter</li> <li>• Co najmniej 1,5 metra</li> </ul>
2	Welche Möglichkeiten gibt es, sich mit dem Coronavirus anzustecken? / Jakie są możliwości zarażenia się koronawirusem?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn ich anderen Personen die Hand gebe oder sie umarme.</li> <li>• Wenn ich mich mit mehreren Personen in einem schlecht belüfteten Raum aufhalte.</li> <li>• Kiedy podaję dłoń innej osobie lub obejmuję ją.</li> <li>• Kiedy przebywam w słabo wentylowanym pomieszczeniu z kilkoma osobami</li> </ul>
3	Sie arbeiten mit mehreren Personen in einem Raum. Was beachten Sie beim Lüften? / Pracują Państwo z kilkoma osobami w pokoju. Na co należy zwrócić uwagę podczas wietrzenia?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zum Arbeitsbeginn wird ordentlich durchgelüftet.</li> <li>• Mindestens 5 bis 10 Minuten pro Stunde. Am besten so oft und so lange wie möglich.</li> <li>• Na początku pracy należy zapewnić odpowiednią wentylację.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Co najmniej 5 do 10 minut na godzinę. Najlepiej robić to tak często i tak długo, jak jest to możliwe</li> </ul>
4	Wann und wie sollen Sie Ihre Hände waschen? / Kiedy i jak należy myć dłonie?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vor Arbeitsbeginn, vor und nach der Pause und nach jedem Toilettengang.</li> <li>• Hände unter fließendem Wasser nass machen, mindestens 20 bis 30 Sekunden gründlich mit Seife einreiben. Danach abwaschen und mit einem Einmaltuch abtrocknen.</li> <li>• Przed rozpoczęciem pracy, przed i po przerwach oraz po każdym skorzystaniu z toalety.</li> <li>• Należy zmoczyć dłonie pod bieżącą wodą i dokładnie pocierać je mydłem przez co najmniej 20 do 30 sekund. Następnie należy spłukać i osuszyć jednorazowym ręcznikiem.</li> </ul>
5	Was verstehen Sie unter Husten- und Niesetikette? / Co rozumieją Państwo przez etykietę kaszlenia i kichania?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich huste und niese in ein Papiertaschentuch und entsorge es anschließend.</li> <li>• Habe ich kein Taschentuch, huste und niese ich in meine Armbeuge.</li> <li>• Kaszle i kicham w chusteczkę papierową, a następnie ją utylizuję.</li> <li>• Jeśli nie mam chusteczki, wówczas kaszlę i kicham w zgięcie ramienia.</li> </ul>
6	Welche Maske müssen Sie tragen, um andere vor Infektionen zu schützen? / Jaką maskę muszą Państwo nosić, aby chronić innych przed infekcją?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich trage einen Medizinischen Mund-Nasen-Schutz (OP-Maske).</li> <li>• Ich trage eine FFP2-Maske.</li> <li>• Noszę medyczną ochronę ust i nosa (maska chirurgiczna).</li> <li>• Noszę maskę FFP2.</li> </ul>
7	Bei wem informieren Sie sich, ob Sie zu einer Risikogruppe gehören? / U kogo zasięgają Państwo informacji, czy należą Państwo do grupy ryzyka?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei dem Betriebsarzt/der Betriebsärztin oder bei meinem Hausarzt/meiner Hausärztin.</li> <li>• U lekarza zakładowego lub z mojego lekarza rodzinnego.</li> </ul>
8	Wie können Sie Ansteckungen auf dem Arbeitsweg vermeiden? / Jak można uniknąć infekcji w drodze do pracy?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn ich mit Bus und Bahn zur Arbeit fahren muss, trage ich eine medizinische Gesichtsmaske oder eine FFP2-Maske, um mich und andere zu schützen.</li> <li>• Ich fahre mit dem Fahrrad oder Auto zur Arbeit.</li> <li>• Jeśli muszę jechać do pracy autobusem lub pociągiem, wówczas noszę medyczną maskę na twarz lub maskę FFP2, aby chronić siebie i innych.</li> <li>• Do pracy jeżdżę rowerem lub samochodem.</li> </ul>
9	Woher bekommen Sie vertrauenswürdige Informationen über aktuelle Infektionskrankheiten? / Skąd można uzyskać wiarygodne informacje na temat aktualnych chorób zakaźnych?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beim örtlich zuständigen Gesundheitsamt.</li> <li>• Beim Robert-Koch-Institut (RKI).</li> <li>• Beim Betriebsarzt oder der Betriebsärztin.</li> <li>• We właściwym lokalnie urzędzie ds. zdrowia.</li> <li>• W Instytucie Roberta Kocha (RKI).</li> <li>• U lekarza zakładowego.</li> </ul>
10	Wann und was müssen Sie desinfizieren? / Kiedy i co należy dezynfekować?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn ich mir die Hände nicht waschen kann, muss ich sie stattdessen desinfizieren.</li> <li>• Handwerkzeuge, die vor mir jemand anderes benutzt hat.</li> <li>• Jeśli nie mogę umyć dłoni, wówczas muszę je więc zdezynfekować.</li> <li>• Narzędzia ręczne, których używał ktoś inny przede mną.</li> </ul>
11	Wie verhalten Sie sich in Gemeinschaftsbereichen wie Umkleiden oder Pausenräumen? / Jak zachowują się Państwo w pomieszczeniach ogólnodostępnych, takich jak szatnie lub pokoje socjalne?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich halte auch hier den Mindestabstand ein.</li> <li>• Vor dem Betreten des Pausenraums oder der Kantine wasche oder desinfiziere ich mir meine Hände.</li> <li>• Tutaj również zachowuję minimalną odległość.</li> <li>• Myję lub dezynfekuję dłonie przed wejściem do pokoju socjalnego lub stołówki.</li> </ul>
12	Was machen Sie, wenn Sie den Verdacht haben, mit einem Grippe- oder Coronavirus infiziert zu sein? / Co należy zrobić w przypadku podejrzenia zarażenia grypą lub koronawirusem?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich sage meinem/meiner Vorgesetzten Bescheid und gehe nach Hause oder gar nicht erst zur Arbeit.</li> <li>• Ich rufe bei meinem Hausarzt/meiner Hausärztin an und bespreche das weitere Vorgehen</li> <li>• Informuję przełożonego i idę do domu albo w ogóle nie idę do pracy.</li> <li>• Dzwonię do mojego lekarza rodzinnego i omawiam dalszy sposób postępowania.</li> </ul>
13	Was müssen Sie in Teeküchen beachten? / Na co trzeba zwracać uwagę w kuchniach?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich halte mich dort möglichst nur alleine auf.</li> <li>• Mein benutztes Geschirr stelle ich sofort in die Spülmaschine oder wasche es sofort ab.</li> <li>• Jeśli to możliwe, przebywam tam sam.</li> <li>• Natychmiast wkładam moje użyte naczynia do zmywarki lub natychmiast je myję.</li> </ul>

14	<p>Was müssen Sie in Sanitärbereichen (Toiletten/Duschen) beachten? / Na co należy zwrócić uwagę w pomieszczeniach sanitarnych (toalety/ prysznice)?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich dusche nach Feierabend nicht mehr im Betrieb, sondern erst zu Hause.</li> <li>• Ich bediene die Türklinken möglichst nicht mit der bloßen Hand, sondern zum Beispiel mit einem Papiertaschentuch oder dem Ellbogen.</li> <li>• Po zakończeniu pracy nie biorę już prysznic w zakładzie, lecz dopiero w domu.</li> <li>• Jeśli to możliwe, nie dotykam klamek gołymi dłońmi, lecz na przykład papierową chusteczką lub łokciem.</li> </ul>
15	<p>Welche Symptome deuten auf eine Infektion mit dem neuen Coronavirus (Covid-19) hin? / Jakie objawy wskazują na zakażenie nowym koronawirusem (Covid-19)?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Husten</li> <li>• Fieber</li> <li>• Kaszel</li> <li>• Gorączka</li> </ul>

**Halten Sie die AHA-A – L-Regel ein: Abstand – Hygiene – Atemschutz – App – Lüften ! /  
Przestrzegaj zasady Aha-A – L: Odległość – Higiena – Ochrona dróg oddechowych – Aplikacja – Wentylacja !**