

## 1. Hintergründe



### Wie eine Infektionskrankheit entsteht

Wo Menschen nahe beieinander leben, ist es nicht selten, dass auch Krankheiten übertragen werden. Krankheitserreger werden oft von Mensch zu Mensch, über Gegenstände oder durch Nahrungsmittel (ungenügende Küchenhygiene) übertragen. Kommt es innerhalb einer sehr kurzen Zeit an einem Ort zu einer Häufung von Infektionen, spricht man von einer **Epidemie**. Erschwerend kommt hinzu, dass es Infektionen gibt, die schon vor oder nach dem Ausbruch ansteckend sind.

Als Leitungsperson im Lager sind Infektionskrankheiten eine Herausforderung für dich und das Leitungsteam. Dieses Merkblatt liefert dir die Grundlagen, Tipps und Tricks.

## 2. Hygienemassnahmen im Lager

Ein Lager bietet nie die gleichen Hygiene-Möglichkeiten wie du es von Zuhause gewohnt bist. Nachfolgend eine Übersicht über Massnahmen, die du für eine gute Lagerhygiene umsetzen solltest.



### Sanitäre Anlagen

- Baue Toiletten und Hände-Waschanlagen nebeneinander.
- Stelle die sanitären Anlagen bei Lagerbeginn den Teilnehmenden vor.
- Lebe gründliche Händehygiene vor und instruiere die Teilnehmenden.
- Schaufle bei selbstgebaute Toiletten zwei- bis dreimal pro Woche Erde, Asche oder Steinkalk in das Loch (zwecks Geruchseliminierung), so dass die Kinder weiterhin die Toilette nutzen. Verwende kein Chlor, da dies die Umwelt enorm belastet!
- Reinige Toiletten und Duschen täglich. Zeige den Kindern, wie etwas gereinigt wird. Beaufsichtige die Reinigung.
- Ersetze Handtücher regelmässig und wasche diese heiss.



### Körperpflege

- Trage den Anlässen/dem Wetter angepasste Kleider. Instruiere die Kinder entsprechend.
- Stelle bei Bedarf Regeln wie «Kopfschutz für alle!» oder «Wanderschuhe obligatorisch!» auf, um Verletzungen und Erkrankungen vorzubeugen.
- Achte bei den Kindern darauf, dass sie duschen und Kleider wechseln.
- Erminnere die Kinder daran, morgens und abends die Zähne zu putzen (Ritual gut möglich!)



### Küche

- Denke an die Lagerung der Esswaren beim Erstellen vom Menüplan.
- Im Lagerhaus gibt es meistens Kühlschränke. Im Zeltlager musst du selber einen Kühlschrank organisieren und in der Nähe (z.B. Bauer) unterbringen.
- Verwende wenn immer möglich frische Produkte.
- Schöpfe Getränke aus grossen Gefässen und immer mit einem Schöpflöffel, nie direkt mit dem eigenen Becher. Nicht direkt aus der Schöpfkelle trinken lassen.
- Erledige den Abwasch immer sofort und mit heissem Wasser. Wechsle nasse Abtrocknungstücher aus.
- Reinige die Küche nach jedem Gebrauch gründlich.
- Verpacke Essensreste gut, kühle diese oder entsorge sie.
- Beachte als Hilfestellung die **10 Gebote der Lebensmittelhygiene** (vgl. Seite 4)

Als Leitungsperson ist es wichtig, dass du die Hygienemassnahmen als Vorbild lebst und sie (für die jüngeren Teilnehmenden) in Rituale integrierst.

### 3. Umgang mit Infektionskrankheiten im Lager

Wenn du die Hygienemassnahmen befolgst, kannst du das Auftreten von Infektionskrankheiten deutlich reduzieren. Kommt es trotzdem zu einem Infekt, ist es wichtig, dass du diese frühzeitig erkennst. So kannst du die Erkrankten richtig betreuen und eine Epidemie verhindern.



Krankheit	Symptome	Besonderes
Magendarmgrippe	Durchfall mit/ohne Erbrechen, Übelkeit, Fieber	Auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten!
Lebensmittelvergiftung	Plötzlich auftretender Durchfall/Erbrechen wenige Stunden nach einer Mahlzeit, Dauer meist 1-2 Tage.	Ursache: Bakterien auf Lebensmitteln (Fleisch/Fisch, Ei, Milch) oder eitrigen Wunden an den Händen vom Küchenpersonal
Erkältung/Sommergrippe	Husten, Schnupfen, Fieber, Gliederschmerzen	
Hirnhautentzündung	Starke Kopfschmerzen, Fieber, Nackensteife, Benommenheit	Bei jeglichem Verdacht sofortiger Arztbesuch!
Bindehautentzündung	Jucken/Brennen der Augen, Rötung der Augen	Wird durch Augen reiben über die Hände auf andere Personen übertragen
Zeckenbiss	Evtl. Juckreiz, leichte Rötung	Zecke entfernen, Stelle einkreisen und beobachten, bei Auftreten eines roten Ringes → Arztbesuch



#### Warnsymptome, die unbedingt weiter ärztlich abgeklärt werden müssen:

- Hohes Fieber
- Schüttelfrost
- Blutiger Durchfall
- Starke Bauchschmerzen
- Starke Kopfschmerzen
- Atemnot
- Lichtempfindlichkeit
- Plötzliche Sehverschlechterung
- Wanderröte (roter Ring) bei Zeckenbiss
- Häufung der Fälle im Sinne einer Epidemie

Bei Epidemien ist die Erregersuche oder die Suche der Quelle wichtig um den Infektionsherd auszuschalten. Deshalb macht es bei einer Häufung der Fälle Sinn einen Arztbesuch zu organisieren. Zudem kann dadurch auch die weitere Behandlung der Erkrankten optimiert werden.



## 4. Isolationsmassnahmen

Wenn eine Krankheit dennoch ausbricht, ist es wichtig die Verbreitung zu stoppen. Am wirksamsten sind Isolationsmassnahmen:

- Richte ein Krankenzimmer oder -zelt ein, in dem alle Erkrankten vorübergehend aufgenommen werden.
- Richte bei Magendarmgrippe getrennte Toiletten für Erkrankte/Gesunde ein und reinige und desinfiziere regelmässig.
- Setze für das Händetrocknen trockene Einmalhandtücher (z.B. aus Papier) ein.
- Alles aus dem Krankenzimmer immer sofort gut reinigen und desinfizieren (besonders wichtig beim Essgeschirr, Kotzeimer und Abfall).
- Koche schmutziges Material wie Schlafsack oder Tücher ab.
- Schaue, dass Betroffene nicht in die Essenszubereitung/-verteilung eingebunden sind, auch wenn sie sich wieder besser fühlen.
- Lasse das ganze Geschirr inkl. Trinkwasserbehälter durch die Küche oder das Leitungsteam gründlich und heiss abwaschen.



Für alle noch nicht erkrankten Teilnehmenden gilt:

- Nur aus eigenem Becher trinken und nur aus eigenem Essgeschirr essen.
- Schütze dich selbst vor einer Ansteckung indem du Handschuhe trägst, wenn immer die Möglichkeit besteht, in Kontakt mit Körperflüssigkeiten (Erbrochenes, Stuhlgang, Urin) zu kommen.

Eine Infektionskrankheit im Lager kann ein Leitungsteam insbesondere bei einer hohen Zahl an Erkrankungen oder bei schweren Krankheiten überfordern. Zögere nicht, dir frühzeitig Unterstützung (z.B. für die Organisation, Elterninformation oder Hilfe beim kantonalen Krisenteam) einzuholen.

## 5. Die zehn Gebote der Lebensmittelhygiene

© Stadt Zürich, Umwelt- und Gesundheitsschutz



**Hände waschen** Waschen Sie die Hände regelmässig, besonders vor Arbeitsbeginn, nach Toilettenbenutzung, nach Pausen, nach verschiedenen Arbeitsgängen, wenn Sie schmutzige Gegenstände berührt haben wie Taschentücher, Verpackungsmaterial, Abfälle usw. Tragen Sie bei der Arbeit weder Ringe noch Armbänder oder Armbanduhren. Berühren Sie Lebensmittel nie mit ungewaschenen Händen.



**Arbeitskleidung fleissig wechseln** Achten Sie auf saubere und zweckmässige Arbeitskleidung. Tragen Sie saubere Schürzen und Schuhe. Bedecken Sie Ihre Haare oder binden Sie diese zusammen.



**Richtige Temperaturen einhalten** Lagern Sie leichtverderbliche Lebensmittel bei max. +5°C, Fisch und Meeresfrüchte bei max. +2°C. Halten Sie sich an die Vorgaben der Selbstkontrolle und notieren Sie die festgestellten Temperaturen in den Kontrollblättern.



**Genussfertige von nicht genussfertigen Lebensmitteln trennen** Lagern und verarbeiten Sie rohe, nicht genussfertige Lebensmittel immer getrennt von gekochten, vorproduzierten, genussfertigen Lebensmitteln.



**Keine überlagerten Lebensmittel verarbeiten oder abgeben** Datieren Sie sämtliche vorproduzierten, genussfertigen Lebensmittel. Halten Sie im Selbstkontrollkonzept die maximale Aufbewahrungsdauer fest und achten Sie darauf, dass sie eingehalten wird.



**Lebensmittel nicht in Reinigungsmittelbehältern aufbewahren** Bewahren Sie nie Lebensmittel in Reinigungsmittelbehältern auf. Benutzen Sie dafür immer Lebensmittelgebinde.



**Arbeitsplatz und Geräte sauberhalten** Reinigen Sie Ihren Arbeitsplatz regelmässig. Vermeiden Sie «Schmutzecken». Waschen Sie Schneidebretter, Messer, den Schleifkopf der Aufschnittmaschine, die Eismaschine, den Rahmlöser, den Grossdosenöffner, die Geschirrspülmaschine, die Ventilatorenschutzgitter bei Kühlaggregaten und Lüftungsschächten usw. nach Gebrauch, nach Vorgabe des Herstellers bzw. nach den Vorgaben des Reinigungsplans.



**Nur saubere Reinigungsutensilien verwenden** Achten Sie darauf, dass Sie zum Reinigen nur saubere Besen, Lappen, Bürsten, Maschinen, Behälter usw. verwenden. Benutzen Sie nie leere Lebensmittelgebinde zu Reinigungszwecken!



**Handwascheinrichtungen vollständig ausrüsten** Benutzen Sie zum Händewaschen nur Flüssighandseife und Papierhandtücher. Achten Sie darauf, dass die Spender immer aufgefüllt und auch auf der Unterseite sauber sind. Auch die Wasserarmaturen sind unterseitig sauber zu halten.



**Abfälle rasch beseitigen** Bewahren Sie Küchenabfälle nicht über Nacht in Produktionsräumen wie Küche, Konditorei usw. auf. Beseitigen Sie Abfälle sofort und bewahren Sie diese verschlossen und nach Möglichkeit gekühlt auf.