

Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



Um Krankheitserreger zu entfernen, wasche deine Hände gründlich in diesen 5 Schritten:

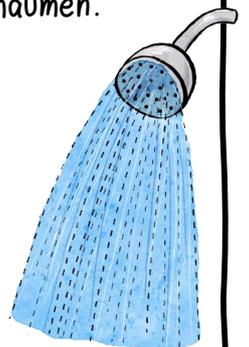
1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.



3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden Tipp: Zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!



4 Gründlich abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.

5 Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.



Weitere Tipps:

*Beim Husten und Niesen mindestens 1m Abstand halten und wegrehen.



*Niesen und Husten am besten in ein Einmaltaschentuch. Nach Gebrauch Taschentücher in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

*Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten die Hände waschen.

BLEIB GESUND!

*Coole Alternativen für das Umarmen, Händeschütteln oder Küsschen geben zur Begrüßung suchen.

*Alternativ: In die Armbeuge niesen!

Informationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA und Weltgesundheitsorganisation WHO

