



RICHTIG

HUSTEN

UND

NIESEN



IN DIE ARMBEUGE



IN EIN PAPIERTASCHENTUCH



IN DEN MÜLLEIMER WERFEN



NICHT RUMLIEGEN LASSEN



HÄNDEWASCHEN NICHT VERGESSEN

DAMIT SICH KEINER ANSTECKT!



20 Sek.



**Die ganze Hand:** Seifen Sie sowohl die Handinnenflächen als auch die Handrücken, Fingerspitzen, -zwischenräume und die Daumen ein.

**Nicht zu kurz:** Ausgiebiges Händewaschen sollte mindestens **20 Sekunden** dauern. Erst dann tritt ein deutlicher Reinigungseffekt ein.

**Richtig trocken:** Trocknen Sie die Hände sorgfältig mit einem Einmal-Stoffhandtuch ab. Dabei entfernen Sie die hartnäckigen Keime, die nach dem Waschen immer noch auf der Haut sind.