

POSTER & Mini-Book



Infektionen vorbeugen

verschiedene Versionen

Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



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

1 Nass machen

Hände unter fließendem 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!

*Cooles Alternativen für das Niesen und Husten

BLEIB GESUND!

*Alternativ: In die Armbeuge niesen!

Informationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA und der Weltgesundheitsorganisation WHO

Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



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

1 Nass machen

Hände unter fließendem Wasser halten.



2 Rundum einseifen

- Hände mit den Handinnenflächen aneinander reiben, bis die Seite schäumt.
- Rechte Handfläche über den linken Handrücken legen und mit verschränkten Fingern die Fingerzwischenräume reinigen. Position der Hände anschließend wechseln.
- Die Handinnenflächen liegen dabei aufeinander. Fingerpitzen miteinander verschränken, indem die Fingerpitzen zu der jeweils anderen Handinnenfläche zeigen.
- Linken Daumen mit der rechten Hand umklammern und rotierend reiben. Hand wechseln.
- Die Fingerpitzen an der jeweils anderen Handinnenfläche rotierend abreiben.

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 abtrocknen und wegwerfen.

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!

*Cooles Alternativen für das Niesen und Husten

Informationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA und der Weltgesundheitsorganisation WHO

Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



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

2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.

- Hände mit den Handinnenflächen aneinander reiben, bis die Seite schäumt.
- Rechte Handfläche über den linken Handrücken legen und mit verschränkten Fingern die Fingerzwischenräume reinigen. Position der Hände anschließend wechseln.
- Die Fingerzwischenräume von der anderen Seite reinigen, die Handinnenflächen liegen dabei aufeinander. Fingerpitzen miteinander verschränken, indem die Fingerpitzen zu der jeweils anderen Handinnenfläche zeigen.
- Linken Daumen mit der rechten Hand umklammern und rotierend reiben. Hand wechseln.
- Die Fingerpitzen an der jeweils anderen Handinnenfläche rotierend abreiben.

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 abtrocknen und wegwerfen.

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!

*Cooles Alternativen für das Niesen und Husten

Informationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA und der Weltgesundheitsorganisation WHO

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 Niesen, Husten oder Husten die Hände gut waschen. Alternativ: Bitte in die Armbeuge niesen!

*Cooles Alternativen für das Niesen und Husten

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 Niesen, Husten oder Husten die Hände gut waschen. Alternativ: Bitte in die Armbeuge niesen!

*Cooles Alternativen für das Niesen und Husten

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 Niesen, Husten oder Husten die Hände gut waschen. Alternativ: Bitte in die Armbeuge niesen!

*Cooles Alternativen für das Niesen und Husten

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 Niesen, Husten oder Husten die Hände gut waschen. Alternativ: Bitte in die Armbeuge niesen!

*Cooles Alternativen für das Niesen und Husten

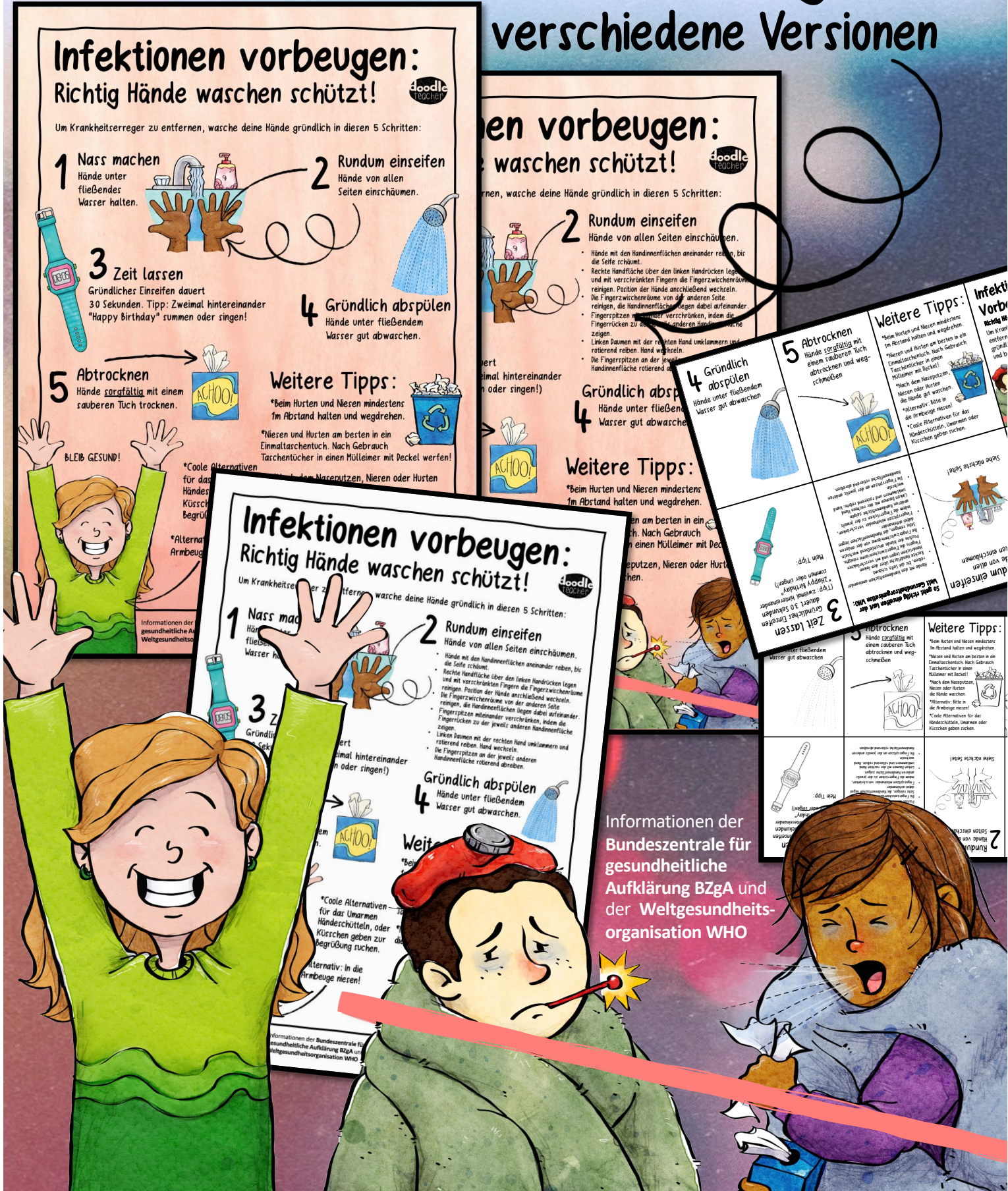
Weitere Tipps:

*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 Niesen, Husten oder Husten die Hände gut waschen. Alternativ: Bitte in die Armbeuge niesen!

*Cooles Alternativen für das Niesen und Husten

Informationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA und der Weltgesundheitsorganisation WHO



Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



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

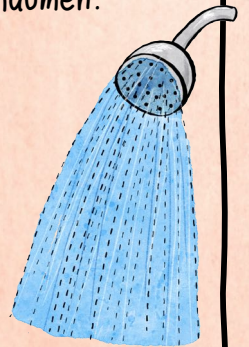
1 Nass machen

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!

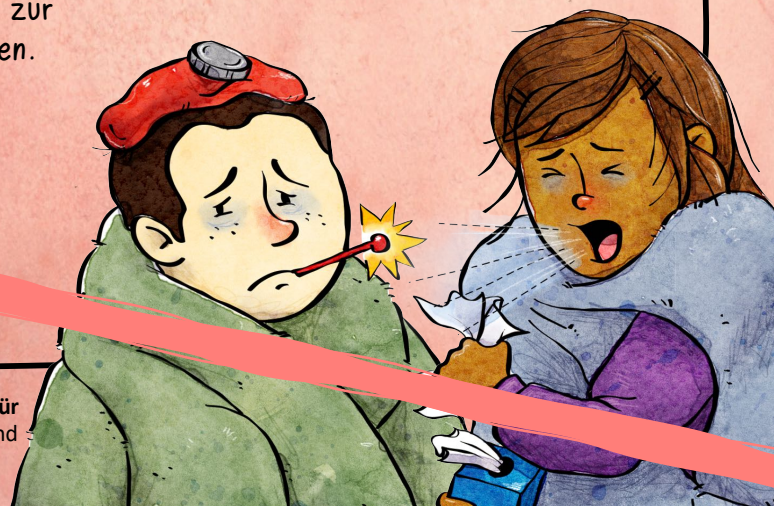
*Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten die Hände waschen.

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



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.

- Hände mit den Handinnenflächen aneinander reiben, bis die Seife schäumt.
- Rechte Handfläche über den linken Handrücken legen und mit verschränkten Fingern die Fingerzwischenräume reinigen. Position der Hände anschließend wechseln.
- Die Fingerzwischenräume von der anderen Seite reinigen, die Handinnenflächen liegen dabei aufeinander.
- Fingerspitzen miteinander verschränken, indem die Fingerrücken zu der jeweils anderen Handinnenfläche zeigen.
- Linken Daumen mit der rechten Hand umklammern und rotierend reiben. Hand wechseln.
- Die Fingerspitzen an der jeweils anderen Handinnenfläche rotierend abreiben.

3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. (Tipp: zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!)



Gründlich abspülen

4 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.

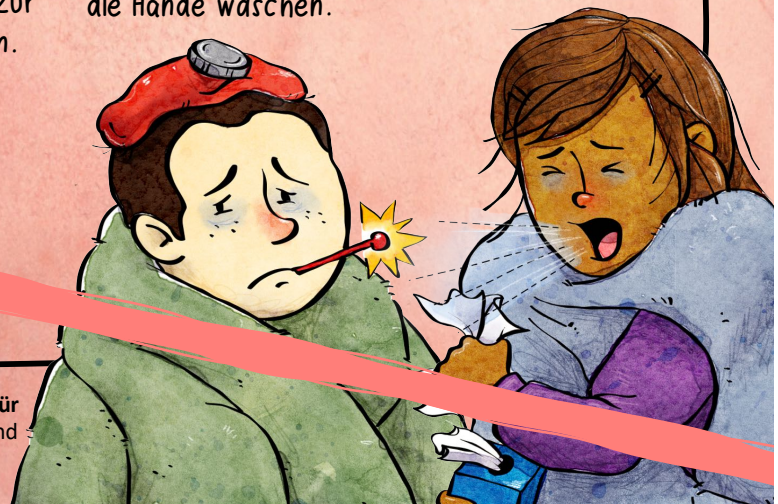


BLEIB GESUND!

*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



Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!

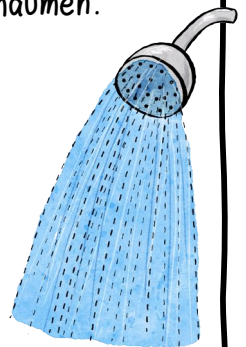


Um Krankheitserreger zu entfernen, wasche deine Hände gründlich in diesen 5 Schritten:

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!



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.

- Hände mit den Handinnenflächen aneinander reiben, bis die Seife schäumt.
- Rechte Handfläche über den linken Handrücken legen und mit verschränkten Fingern die Fingerzwischenräume reinigen. Position der Hände anschließend wechseln.
- Die Fingerzwischenräume von der anderen Seite reinigen, die Handinnenflächen liegen dabei aufeinander.
- Fingerspitzen miteinander verschränken, indem die Fingerrücken zu der jeweils anderen Handinnenfläche zeigen.
- Linken Daumen mit der rechten Hand umklammern und rotierend reiben. Hand wechseln.
- Die Fingerspitzen an der jeweils anderen Handinnenfläche rotierend abreiben.

3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. (Tipp: zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!)



Gründlich abspülen

4 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 wegdrehen.

*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

