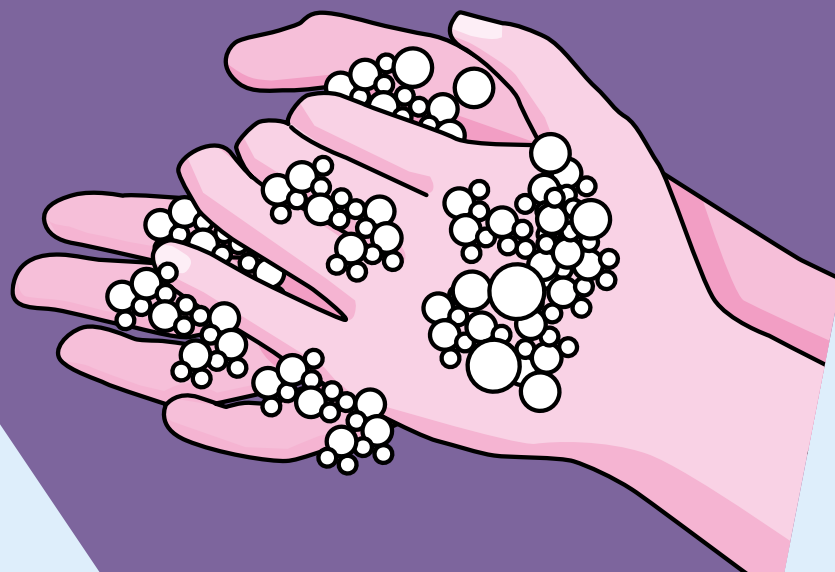




20-30  
Sekunden

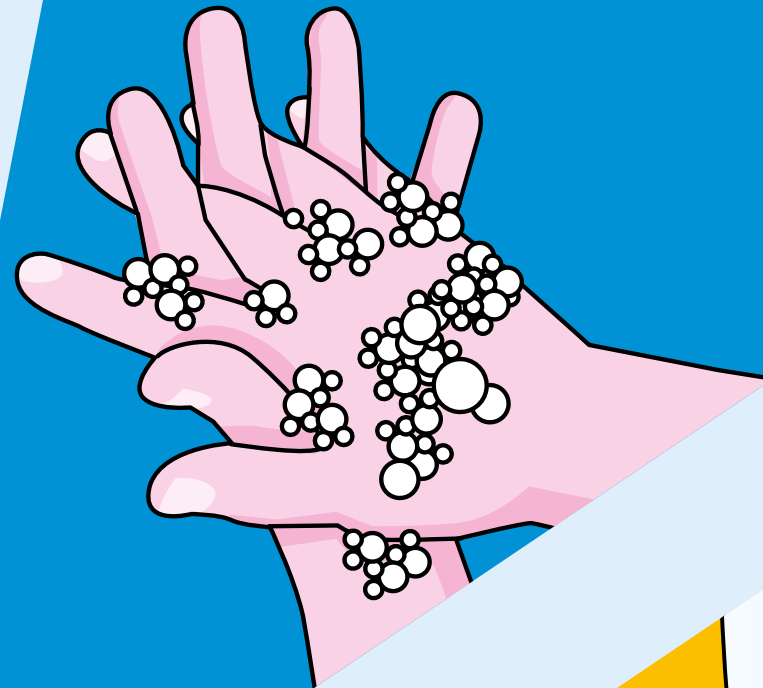
**Zeit lassen!**

Gründlich einschäumen, auch zwischen den Fingern und an den Fingerspitzen.  
Das dauert 20 bis 30 Sekunden.



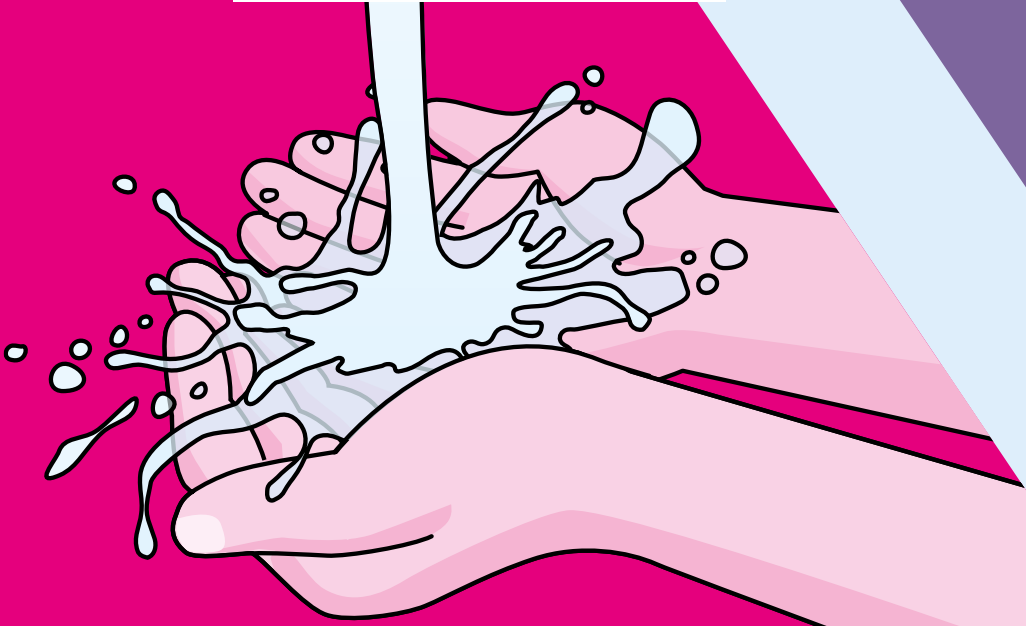
**Einseifen!**

Mit einer ordentlichen Portion Seife.



**Wasser marsch!**

Ärmel hoch und Hände richtig nass machen.



**Runter damit!**

Hände von allen Seiten unter das Wasser halten. Den Seifenschaum gut abspülen.



**Trocknen!**

Am besten mit einem Einmaltuch.



# RICHTIG HÄNDE WASCHEN

## Geht ganz einfach!

**Nicht vergessen!**

Auf den Händen sitzen sie: Viren und Bakterien.

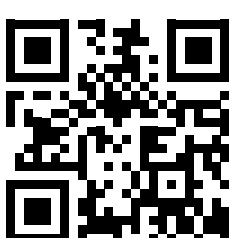
**Deshalb:**

Nicht mit den Händen ins Gesicht fassen und Hände mehrmals täglich waschen.

**Immer:**

- ▶ vor dem Essen
- ▶ nach dem Klo
- ▶ wenn du von draußen kommst
- ▶ wenn du dir die Nase geputzt hast
- ▶ wenn du ein Tier gestreichelt hast

**Und noch ein Tipp:** Bei Schnupfen häufig Hände waschen!



**infektionsschutz.de**  
Wissen, was schützt.

