

SICHER AM BERG. Wir schauen auf Sie!

WIE WASCHE ICH DIE HÄNDE RICHTIG.



**HÄNDE MEHRMALS TÄGLICH
MIT WASSER UND SEIFE
MIND. 30 SEKUNDEN WASCHEN**

Wie wasche ich die Hände richtig?

Auf die richtige Methode kommt es an. Seife allein genügt nicht, um die Keime unschädlich zu machen. Nur wenn man richtig einseift, reibt, abspült und trocknet, schafft man das.

So geht es:

- Machen Sie die Hände unter fließendem Wasser nass.
- Seifen Sie die Hände ein, wenn möglich mit Flüssigseife.
- Reiben Sie die Hände, bis sich Schaum bildet – auch die Handrücken, zwischen den Fingern, unter den Fingernägeln und die Handgelenke.
- Spülen Sie die Hände unter fließendem Wasser gut ab.
- Trocknen Sie sie mit einem sauberen Handtuch, wenn möglich mit einem Einweg-Papiertuch oder einer einmal benutzbaren Stoffhandtuchrolle.

Wann sollte ich mir die Hände waschen?

Sooft als möglich, aber besonders:

- vor dem Essen
- nach dem Gang zur Toilette
- nach dem Umgang mit Abfall
- wenn man schmutzige Hände hat
- nach dem Schnäuzen, Niesen oder Husten
- nachdem man eine Hygienemaske abgenommen hat
- nach dem nach Hause kommen

Mit Ihrer Umsicht schützen Sie sich selbst sowie auch die Anderen!