

Hygienisch niesen und husten

Behalt's bei dir!

Nicht in die Hand niesen oder husten, sondern in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch. Und Abstand zu den anderen Kindern halten.

Nase rein!

Zum Naseputzen ein Papiertaschentuch nehmen. Aber nur einmal!

Weg damit!

- > Taschentücher nicht herumliegen lassen.
- > Nicht in die Hose oder in die Rocktasche stecken.
- > Nicht sammeln.

Ab in den Eimer!

Taschentücher gehören in den Mülleimer. Deckel zu und fertig.

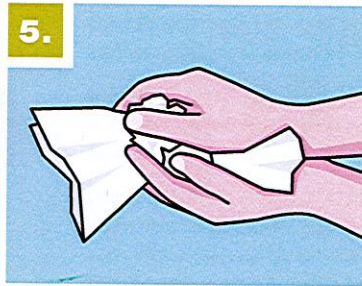
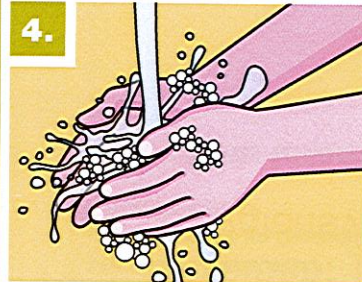
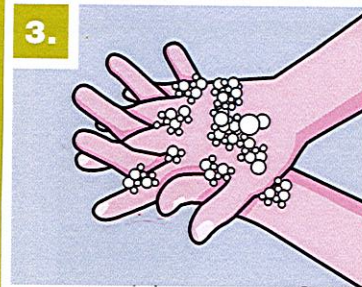
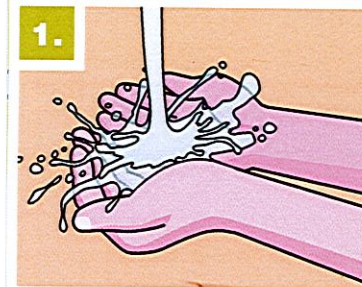
Und noch ein Tipp:

Bei Schnupfen häufig Hände waschen!

BEI SCHNUPFEN UND CO: RICHTIG NIESEN UND HUSTEN SENKT DAS ANSTECKUNGSRISIKO!

Viren und Bakterien werden auch durch Tröpfcheninfektion verbreitet, das heißt, sie werden beim Husten und Niesen in kleinsten Tröpfchen versprüht. Es ist daher wichtig, beim Husten und Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen zu halten und keinesfalls in die Hand zu husten, sondern besser in ein Taschentuch oder in den Ärmel. Mit ein bisschen Rücksichtnahme lässt sich so für alle das Ansteckungsrisiko erheblich senken.

Geschlossene Räume sollten möglichst dreimal täglich für jeweils zehn Minuten gelüftet werden – dies senkt die Konzentration an Viren in der Luft und damit das Ansteckungsrisiko!



Hände waschen, aber richtig!

Wasser marsch!

Ärmel hoch und Hände richtig nass machen.

Einseifen!

Mit dem Seifenstück oder einem ordentlichen Klecks aus dem Seifenspende.

Zeit lassen!

Gründlich einschäumen, auch zwischen den Fingern und an den Fingerspitzen. Das dauert ein bisschen. Am besten zählt das Kind während des Einschäumens bis 30.

Runter damit!

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

Trocknen!

Am besten mit einem Einmaltuch.