

# Vor Viren und Bakterien schützen: Hände richtig waschen!



Hände mit lauwarmem Wasser abspülen



Aus einem Seifenspender etwas Flüssigseife entnehmen



Handflächen aneinanderreiben



Mit der Handfläche einer Hand jeweils die Oberfläche der anderen Hand massieren



Handflächen mit ineinander verschlungenen Fingern aneinanderreiben



Oberseiten der Finger jeweils an der anderen Handfläche reiben



Daumen nacheinander mit einer Faust umschließen und massieren



Finger einer Hand anwinkeln und kreisförmig an der anderen Handfläche reiben



Hände gründlich mit Wasser abspülen



osh  
because we care



thyssenkrupp

# Vor Viren und Bakterien schützen: Richtig Husten und Niesen!



Abstand halten von  
anderen Personen



Von anderen Personen  
wegdrehen



Einwegtaschentuch  
verwenden



Ist kein Taschentuch  
griffbereit: Beim Husten und  
Niesen die Armbeuge vor  
Mund und Nase halten



Taschentuch  
anschließend sofort  
entsorgen



Anschließend  
gründlich Hände  
waschen



osh  
because we care



thyssenkrupp

Vor Viren und Bakterien schützen

# Die 10 wichtigsten Hygienetipps

1

## Hände regelmäßig waschen

- nach dem Toilettengang
- vor und nach dem Essen
- nach Kontakt mit Tieren
- nach der Rückkehr nach Hause
- vor und nach der Zubereitung von Speisen
- nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten

2

## Hände gründlich waschen

- mit lauwarmem Wasser abspülen
- Seife benutzen
- von allen Seiten gründlich waschen
- gründlich mit Wasser abspülen
- abtrocknen

3

## Hände aus dem Gesicht fernhalten

4

## Richtig Husten und Niesen

- Abstand halten von anderen Personen
- Taschentuch verwenden
- wenn kein Taschentuch vorhanden ist, in die Armbeuge niesen.
- Taschentuch sofort entsorgen
- anschließend Hände waschen

5

## Abstand halten zu anderen Personen

- keine engen Körperkontakte
- keine persönlichen Gegenstände teilen

6

## Wunden abdecken

7

## Das Zuhause sauber halten

- regelmäßig putzen
- Putzlappen regelmäßig wechseln

8

## Lebensmittel hygienisch behandeln

- empfindliche Lebensmittel kühlen
- Kontakt mit rohen Tierprodukten meiden
- Fleisch auf mindestens 70°C erhitzen
- Obst und Gemüse waschen

9

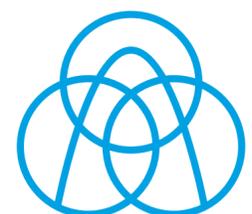
## Geschirr und Wäsche bei mindestens 60°C heiß waschen

10

## Mehrmals täglich für ein paar Minuten lüften



osh  
because we care



thyssenkrupp