

Du hast es in der Hand: Schütze Dich und Deine Kolleg*innen vor Infektionen!



WASCHE

deine Hände mit Seife
– gründlich, regelmäßig,
mindestens 20 Sekunden.



HUSTE+NIESE

in ein Taschentuch oder
halte die Armbeuge vor
Mund und Nase.



VERMEIDE

Augen, Nase und
Mund zu berühren.



REINIGE

und desinfiziere häufig
berührte Objekte und
Oberflächen.



UNTERLASSE

das Händeschütteln
und Umarmungen
zur Begrüßung.



ABSTAND

halten zu anderen
Menschen –
mindestens 2 Meter.

Hilf mit und beachte die Hygiene-Regeln, um die Verbreitung von Infektionen und Krankheiten zu verhindern. Dabei ist auch wichtig:

- Achte auf Krankheitssymptome und Beschwerden.
- Bleib zu Hause, wenn du krank bist oder dich krank fühlst.
- Erhol dich vollständig.

Mehr zum Innovationsnetzwerk: WWW.HIHEAL.DE

Foto: shutterstock

In Kooperation mit:



Gefördert durch:



Erstellt von:

