

# Schutz vor dem Corona-Virus

## Hygienemaßnahmen einhalten



### Regelmäßig Hände waschen

- nach dem nach Hause kommen
- nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten
- nach dem Besuch der Toilette
- vor und während der Zubereitung von Speisen
- vor den Mahlzeiten
- vor der Einnahme von Medikamenten oder dem Anwenden von Kosmetika
- nach dem Kontakt mit Tieren



### Hände gründlich waschen

- 20 bis 30 Sekunden dauert das gründliche Waschen
- Hände von allen Seiten einseifen
- Zwischenräume und Daumen nicht vergessen
- Hände unter fließendem Wasser vollständig abwaschen
- Mit einem sauberen Tuch die Hände trocknen



### Hände aus dem Gesicht fernhalten

- Nicht mit den Händen das Gesicht, Mund oder die Nase berühren
- Vor allem den Gesichtskontakt mit ungewaschenen Händen vermeiden



### Keine Hände schütteln

- Das Händeschütteln ist einer der häufigsten Übertragungswege von Krankheiten
- Darauf zu verzichten ist nicht unhöflich, sondern ein Schutz für alle



### Richtig husten und niesen

- Die Armbeuge vor Mund und Nase halten
- Nur Einmaltaschentücher nutzen und diese nach Benutzung sofort im Müll entsorgen
- Abstand von anderen halten, beim Husten oder Niesen wegrehen



### Abstand halten

- Von Personen 1 bis 2 Meter Abstand halten, vor allem, wenn diese niesen oder husten



### Besser nicht an einer Veranstaltung teilnehmen

- Fieberhafte oder an einer Erkältung erkrankte Menschen sollten nicht an Veranstaltungen teilnehmen
- Ältere und chronisch kranke Menschen sollten die Teilnahme sorgsam abwägen

Wenige,  
aber konsequent  
eingehaltenen Hygiene-  
maßnahmen minimieren  
das Risiko, sich mit dem  
neuartigen Corona-Virus  
anzustecken.