

# Damit sich keiner ansteckt: So hustet und niest Du richtig!



## BEHALT'S BEI DIR!

Beim Niesen und Husten ein Taschentuch verwenden oder die Ellenbeuge vor Mund und Nase halten. Zu anderen Abstand halten und sich abwenden.



## NASE REIN!

Zum Naseputzen ein Papiertaschentuch nehmen. Aber nur einmal! Anschließend Händewaschen nicht vergessen.



## WEG DAMIT!

Taschentücher nicht herumliegen lassen. Nicht in die Hose oder in die Handtasche stecken. Nicht sammeln!



## IN DEN MÜLLEIMER!

Taschentücher gehören in einen Mülleimer mit Deckel. Deckel zu und fertig.



## HÄNDE WASCHEN!

Bei Grippe, Erkältung und Schnupfen häufig Hände waschen!

Mehr zum Innovationsnetzwerk: [WWW.HIHEAL.DE](http://WWW.HIHEAL.DE)

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), <http://www.infektionsschutz.de>  
Piktogramme: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, [infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de),  
<https://www.infektionsschutz.de/mediathek/infografiken.html> <15.4.2020>, CC BY-NC-ND  
Foto: shutterstock

In Kooperation mit:



Gefördert durch:



Erstellt von:

