



20-30
Sekunden

Zeit lassen!

Gründlich einschäumen, auch zwischen den Fingern und an den Fingerspitzen.
Das dauert 20 bis 30 Sekunden.



Einseifen!

Mit einer ordentlichen Portion Seife.



Runter damit!

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



Trocknen!

Am besten mit einem Einmaltuch.

Wasser marsch!

Ärmel hoch und Hände richtig nass machen.



RICHTIG

HÄNDE

WASCHEN

Geht ganz einfach!

Nicht vergessen!

Auf den Händen sitzen sie:
Viren und Bakterien.

Deshalb:

Nicht mit den Händen ins
Gesicht fassen und Hände
mehrmals täglich waschen.

Immer:

- ▶ vor dem Essen
- ▶ nach dem Klo
- ▶ wenn man von draussen kommt
- ▶ wenn man die Nase geputzt hat
- ▶ wenn man ein Tier gestreichelt hat

Und noch ein Tipp: Bei Schnupfen häufig Hände waschen!