



# Hände richtig waschen!

Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mit Seife und Wasser um Krankheitserreger zu entfernen!

## Das gelingt in 5 Schritten:



### **1: Nass machen**

Halten Sie Ihre Hände unter fließendes Wasser!



### **2: Rundum einseifen**

Schäumen Sie Ihre Hände von allen Seiten ein: Hände innen und außen, die Fingerkuppen sowie die Zwischenräume bis zum Handgelenk!



### **3: Zeit lassen**

Gründliches Einseifen dauert 20 bis 30 Sekunden. Eselsbrücke: Summen Sie „Happy Birthday“ zweimal hintereinander!



### **4: Gründlich abspülen**

Waschen Sie Ihre Hände unter fließendem Wasser ab!



### **5: Sorgfältig abtrocknen**

Trocknen Sie Ihre Hände mit einem sauberen Tuch ab!