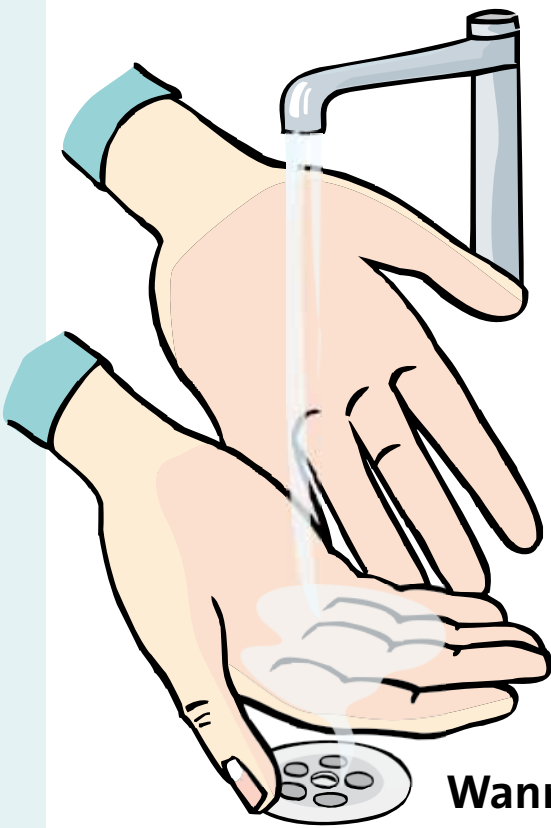


SAUBERE HÄNDE SIND WICHTIG!

Hände müssen mehrmals
am Tag gewaschen werden.
Hände müssen immer
gründlich gewaschen werden.



Viele Krankheiten werden
über die Hände an andere
weitergegeben.

Zum Beispiel:

- eine Erkältung
- eine Grippe

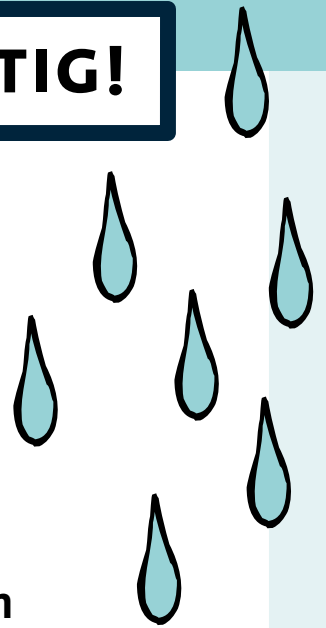
Deswegen soll man die Hände
gründlich waschen.

Auch dann, wenn die Hände
sauber aussehen.

Wann soll ich meine Hände waschen?

Zum Beispiel:

- vor und nach der Arbeit
- wenn Sie nach Hause kommen
- nachdem Sie Tiere angefasst haben
- vor und nach dem Kochen
- vor dem Essen
- nach dem Nase·putzen, Husten oder Niesen
- vor und nach dem Sex
- nach der Toiletten·nutzung

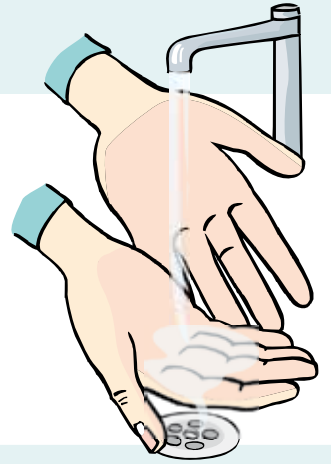


SO WASCHE ICH MEINE HÄNDE

Hände-waschen dauert eine halbe Minute.

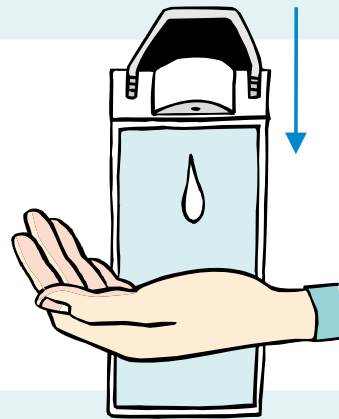
1)

Stellen Sie das Wasser an.
Halten Sie Ihre Hände ins Wasser.
Das Wasser soll die Hände dabei
überall erreichen.



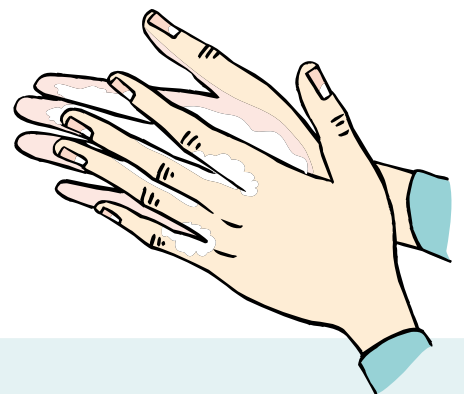
2)

Geben Sie Seife auf
Ihre Hände.
Seifen Sie damit die
Hände gründlich ein.



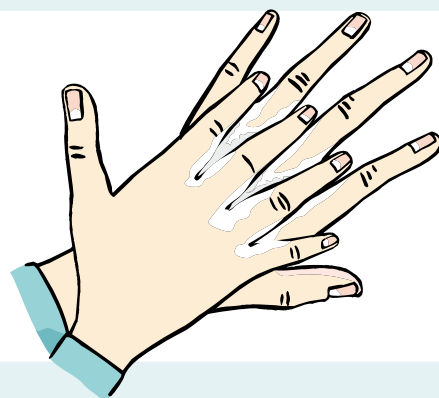
3)

Seifen Sie Ihre Hände
innen und außen ein:
Reiben Sie dabei die Hände
innen und außen.



4)

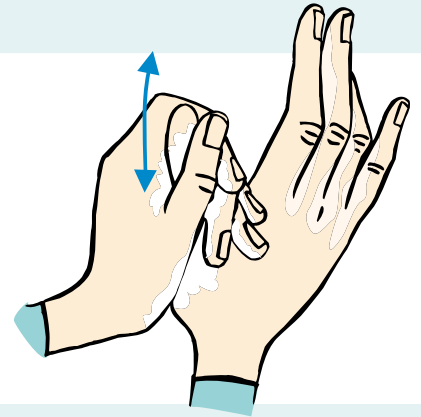
Seifen Sie auch
die Räume zwischen
Ihren Fingern ein.



SO WASCHE ICH MEINE HÄNDE

5)

Seifen Sie Ihre Daumen ein.
Umfassen Sie den Daumen.
Bewegen Sie die Faust dabei
rauf und runter.



6)

Seifen Sie die Finger-nägel ein.
Reiben Sie die Finger-spitzen
in Ihrer Faust.



7)

Spülen Sie die Seife
mit dem Wasser
von Ihren Händen.



8)

Trocknen Sie Ihre
Hände mit einem Tuch
gründlich ab.

