

# Sauber ist wichtig



## Hände oft waschen

Waschen Sie Ihre Hände oft und gründlich.

Zum Beispiel  
wenn Sie nach Hause kommen  
oder wenn Sie auf der Toilette waren.

Waschen Sie Ihre Hände auch vor dem Kochen oder Essen.

Auch nach dem Niesen und Husten Hände waschen nicht vergessen!



## Hände gründlich waschen

Waschen Sie Ihre Hände immer mit Seife.

Lassen Sie beim Waschen das Wasser laufen  
und halten Ihre Hände immer wieder darunter.

Waschen Sie Ihre Hände gründlich und lange.

Trocknen Sie Ihre Hände immer sauber ab.



## Hände nicht ins Gesicht

Fassen Sie sich oder anderen nicht ins Gesicht,  
ohne **vorher** die Hände zu waschen.

**Wenn Sie husten oder niesen,**  
drehen Sie sich bitte um.

Husten oder niesen Sie niemanden an.

Benutzen Sie immer ein Taschen-tuch.

Wenn Sie kein Taschen-tuch dabei haben,  
halten Sie Ihren Arm als Schutz vor das Gesicht.

Dabei husten oder niesen Sie in die Innenseite Ihres Ellen-bogens.  
Ihre Betreuer zeigen Ihnen gerne wie das geht.



**Wenn Sie krank sind,**  
müssen Sie zu Hause bleiben.

Kommen Sie anderen Menschen nicht zu nahe.

Bitte kein Umarmen oder Hände schütteln.

Lassen Sie auch niemanden aus Ihrem Glas trinken.  
Oder Ihr Hand-tuch oder Taschen-tuch benutzen!



## Keine offenen Wunden

Wenn Sie sich verletzt haben,  
zeigen Sie es bitte immer einem Betreuer.

Auf jede Wunde gehört ein Pflaster oder ein Verband.



Sie haben eine eigene Wohnung?  
Es gibt noch viele Dinge, die Sie dann wissen müssen.  
Ihr Betreuer hilft Ihnen gerne weiter.