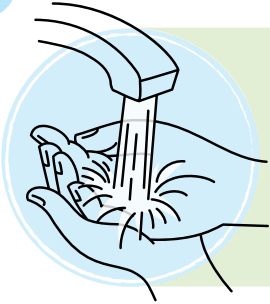


# Hand-Hygiene

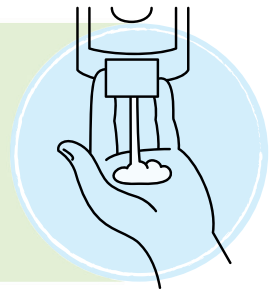


## Schritt 1

Halte Deine Hände unter fließendes Wasser und befeuchte sie bis zum Handgelenk. Die Wassertemperatur spielt keine Rolle.

## Schritt 2

Seife Deine Hände sorgfältig an allen Stellen ein.

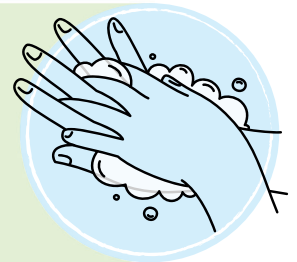


## Schritt 3

Nehme Dir bewusst auch Fingerspitzen und Daumen vor. Dort sitzen oft besonders viele Viren.

## Schritt 4

Reibe Deine Hände so, dass Seife auch in die Fingerzwischenräume gelangt.



HAPPY BIRTHDAY  
TO YOU,  
HAPPY BIRTHDAY  
TO YOU...

## 20-30 Sekunden

dauert gründliches Händewaschen  
(so lange, wie zweimal „Happy Birthday“ singen)



## Schritt 5

Spüle die Seife gründlich ab und trockne Deine Hände gut ab. Danach creme sie, wenn möglich, ein.