



Tipps zum **Schutz** vor **Viren** und **Bakterien**



Hände **waschen!**



In die **Armbeuge** husten.



Ins **Taschen-Tuch** niesen.



Taschen-Tuch in den **Müll** werfen.



Wenig ins **Gesicht** fassen.



Abstand halten: Wenn Menschen husten und niesen!



Genug **schlafen!**



Tipps zum **Schutz** vor **Viren** und **Bakterien**



Nicht teilen: Hand-Tuch, Taschen-Tuch,
Zahn-Bürste, Nasen-Spray



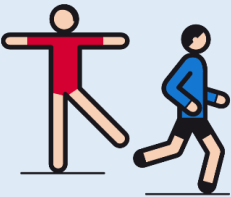
Räume lüften! 3-4 mal für 5 Minuten.



Hände schütteln vermeiden.



Warm genug **anziehen**.



Sport und **Bewegung** ist gut für den Körper.



Rauchen, Alkohol und **Stress** vermeiden.



Bleiben Sie gesund!