



Die AHA-Formel

ABSTAND - HYGIENE - ALLTAGSMASKE

Richtig Hände waschen:

1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.



3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. Tipp: Zweimal "Happy Birthday" summen!



4 Gut abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.

Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.

5



1,5m Abstand



Alltagsmaske

Den Mund-Nasen-Schutz richtig tragen und benutzen.

Wir halten zusammen!

*Wer sich krank fühlt sollte zu Hause bleiben.

*Beim Husten und Niesen besonders Abstand halten.

*Niesen, Schneuzen und Husten in ein Einmaltaschentuch und dieses in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

*In die Armbeuge niesen!



Die AHA-Formel

Gemeinsam gegen Corona!

1. ABSTAND



2. HYGIENE



3. ALLTAGSMASKE

@doodleteacher

1,5m
Abstand
halten



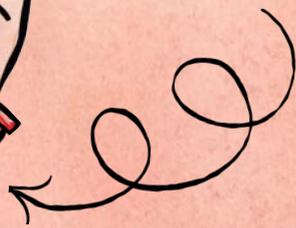
@doodleteacher

regelmäßige Hygiene

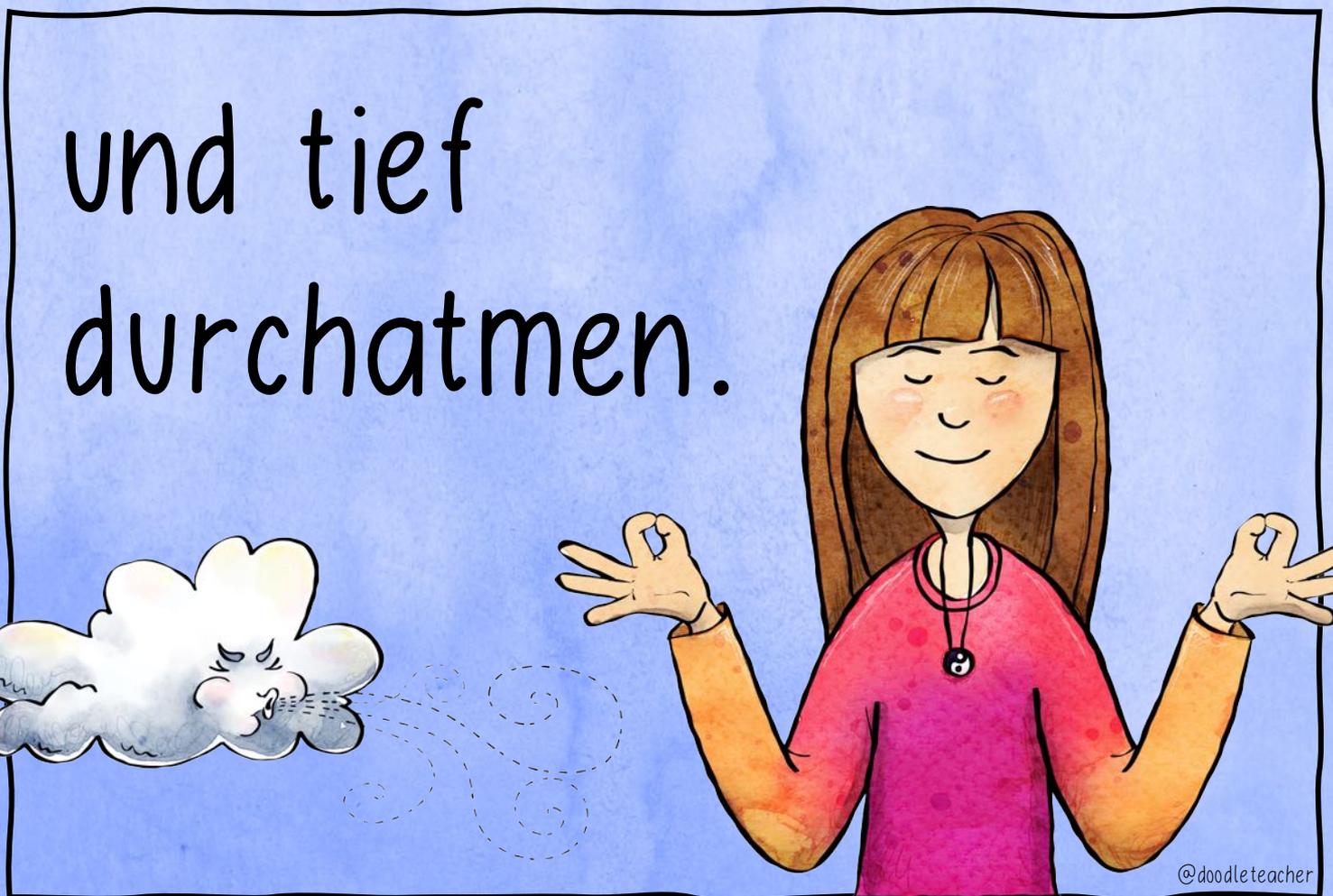


@doodleteacher

Alltagsmaske



@doodleteacher





Trink-
Luftthol

mit 1,5m Abstand

und
station



Die AHA-Formel

Gemeinsam gegen Corona!

1. ABSTAND



2. HYGIENE



3. ALLTAGSMASKE

@doodleteacher

1,5m
Abstand
halten



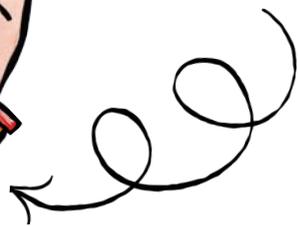
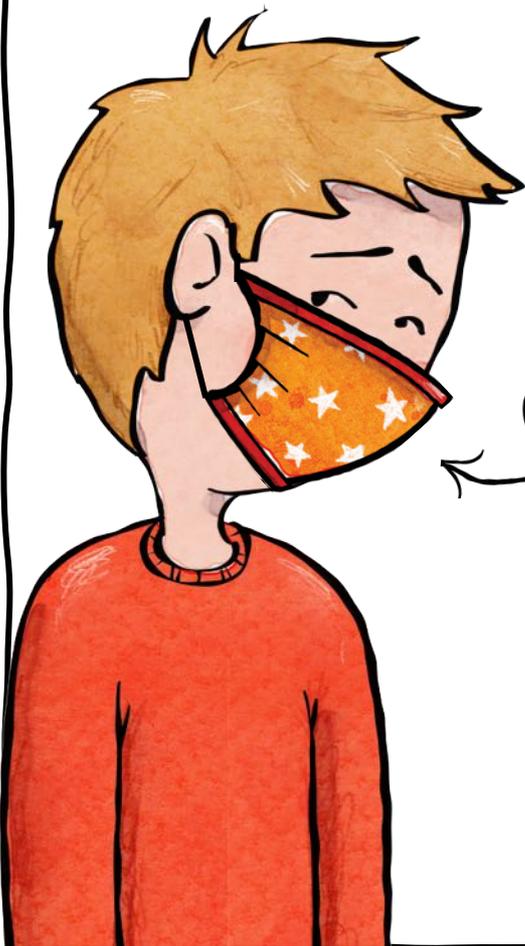
@doodleteacher

regelmäßige Hygiene



@doodleteacher

Alltagsmaske



@doodleteacher



Die AHA-Formel

ABSTAND - HYGIENE - ALLTAGSMASKE

Richtig Hände waschen:

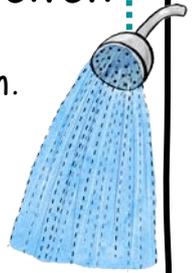
1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.



3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. Tipp: Zweimal "Happy Birthday" summen!



4 Gut abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.

Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.

5



1,5m Abstand



Alltagsmaske

Den Mund-Nasen-Schutz richtig tragen und benutzen.

Wir halten zusammen!

*Wer sich krank fühlt sollte zu Hause bleiben.

*Beim Husten und Niesen besonders Abstand halten.

*Niesen, Schneuzen und Husten in ein Einmaltaschentuch und dieses in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

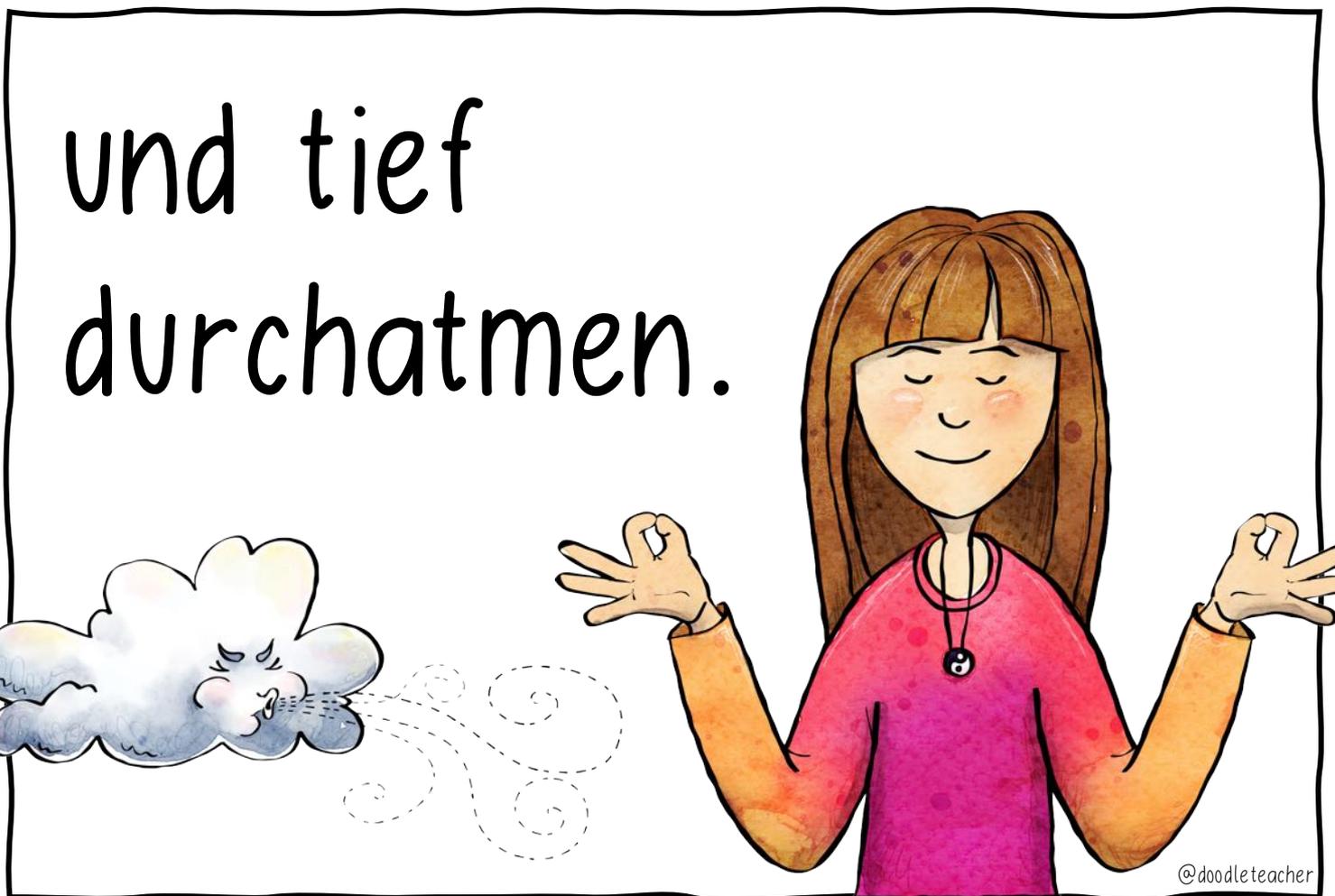
*In die Armbeuge niesen!





HIER:
Etwas
trinken...

@doodleteacher



und tief
durchatmen.

@doodleteacher



Trink- Luftthol

mit 1,5m Abstand

und station



Die AHA-Regel

ABSTAND - HYGIENE - ALLTAGSMASKE

Richtig Hände waschen:

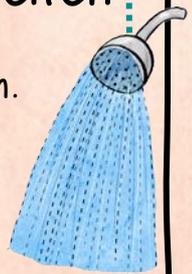
1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.



3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. Tipp: Zweimal "Happy Birthday" summen!



4 Gut abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.

Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.

5



1,5m Abstand



Alltagsmaske

Den Mund-Nasen-Schutz richtig tragen und benutzen.



Wir halten zusammen!

*Wer sich krank fühlt sollte zu Hause bleiben.

*Beim Husten und Niesen besonders Abstand halten.

*Niesen, Schneuzen und Husten in ein Einmaltaschentuch und dieses in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

*In die Armbeuge niesen!



Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



Um Krankheitserreger zu entfernen, wasche deine Hände gründlich in diesen 5 Schritten:

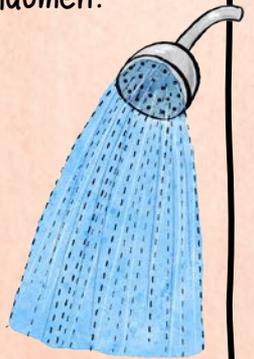
1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.



3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. Tipp: Zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!



4 Gründlich abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.

5 Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.



Weitere Tipps:

*Beim Husten und Niesen mindestens 1m Abstand halten und wegrehen.



*Niesen und Husten am besten in ein Einmaltaschentuch. Nach Gebrauch Taschentücher in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

*Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten die Hände waschen.

BLEIB GESUND!

*Coole Alternativen für das Umarmen, Händeschütteln oder Küsschen geben zur Begrüßung suchen.

*Alternativ: In die Armbeuge niesen!



Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



Um Krankheitserreger zu entfernen, wasche deine Hände gründlich in diesen 5 Schritten:

1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.

- Hände mit den Handinnenflächen aneinander reiben, bis die Seife schäumt.
- Rechte Handfläche über den linken Handrücken legen und mit verschränkten Fingern die Fingerzwischenräume reinigen. Position der Hände anschließend wechseln.
- Die Fingerzwischenräume von der anderen Seite reinigen, die Handinnenflächen liegen dabei aufeinander.
- Fingerspitzen miteinander verschränken, indem die Fingerrücken zu der jeweils anderen Handinnenfläche zeigen.
- Linken Daumen mit der rechten Hand umklammern und rotierend reiben. Hand wechseln.
- Die Fingerspitzen an der jeweils anderen Handinnenfläche rotierend abreiben.

3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. (Tipp: zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!)



4 Gründlich abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.



5 Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.



Weitere Tipps:

*Beim Husten und Niesen mindestens 1m Abstand halten und wegdrehen.

*Niesen und Husten am besten in ein Einmaltaschentuch. Nach Gebrauch Taschentücher in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

*Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten die Hände waschen.



BLEIB GESUND!

*Coole Alternativen für das Umarmen, Händeschütteln oder Küsschen geben zur Begrüßung suchen.

*Alternativ: In die Armbeuge niesen!



Die wichtigsten Hygienetipps

Gesund bleiben + Infektionen vorbeugen!



1 Regelmäßig Hände waschen



2 Hände gründlich waschen

Hände von allen Seiten einschäumen.

- Hände mit den Handinnenflächen aneinander reiben, bis die Seife schäumt.
- Rechte Handfläche über den linken Handrücken legen und mit verschränkten Fingern die Fingerzwischenräume reinigen. Position der Hände anschließend wechseln.
- Die Fingerzwischenräume von der anderen Seite reinigen, die Handinnenflächen liegen dabei aufeinander.
- Fingerspitzen miteinander verschränken, indem die Fingerrücken zu der jeweils anderen Handinnenfläche zeigen.
- Linken Daumen mit der rechten Hand umklammern und rotierend reiben. Hand wechseln.
- Die Fingerspitzen an der jeweils anderen Handinnenfläche rotierend abreiben.

3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. (Tipp: zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!)



Gründlich abspülen

4 Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.



5 Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.



Weitere Tipps:

*Beim Husten und Niesen mindestens 1m Abstand halten und wegdrehen.

*Niesen und Husten am besten in ein Einmaltaschentuch. Nach Gebrauch Taschentücher in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

*Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten die Hände waschen.



BLEIB GESUND!

*Coole Alternativen für das Umarmen, Händeschütteln oder Küsschen geben zur Begrüßung suchen.

*Alternativ: In die Armbeuge niesen!



Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



Um Krankheitserreger zu entfernen, wasche deine Hände gründlich in diesen 5 Schritten:

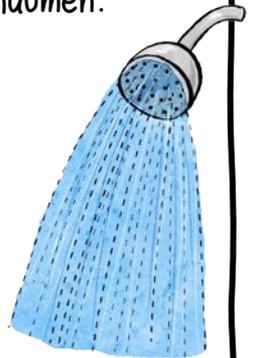
1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.



3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden Tipp: Zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!



4 Gründlich abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.

5 Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.



Weitere Tipps:

*Beim Husten und Niesen mindestens 1m Abstand halten und wegdrehen.

*Niesen und Husten am besten in ein Einmaltaschentuch. Nach Gebrauch Taschentücher in einen Mülleimer mit Deckel werfen!



*Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten die Hände waschen.

*Coole Alternativen für das Umarmen, Händeschütteln oder Küsschen geben zur Begrüßung suchen.

*Alternativ: In die Armbeuge niesen!

BLEIB GESUND!



Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



Um Krankheitserreger zu entfernen, wasche deine Hände gründlich in diesen 5 Schritten:

1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.

- Hände mit den Handinnenflächen aneinander reiben, bis die Seife schäumt.
- Rechte Handfläche über den linken Handrücken legen und mit verschränkten Fingern die Fingerzwischenräume reinigen. Position der Hände anschließend wechseln.
- Die Fingerzwischenräume von der anderen Seite reinigen, die Handinnenflächen liegen dabei aufeinander.
- Fingerspitzen miteinander verschränken, indem die Fingerrücken zu der jeweils anderen Handinnenfläche zeigen.
- Linken Daumen mit der rechten Hand umklammern und rotierend reiben. Hand wechseln.
- Die Fingerspitzen an der jeweils anderen Handinnenfläche rotierend abreiben.

3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden. (Tipp: zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!)



4 Gründlich abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.



5 Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.



BLEIB GESUND!

*Coole Alternativen für das Umarmen, Händeschütteln oder Küsschen geben zur Begrüßung suchen.

*Alternativ: In die Armbeuge niesen!

Weitere Tipps:

*Beim Husten und Niesen mindestens 1m Abstand halten und wegdrehen.

*Niesen und Husten am besten in ein Einmaltaschentuch. Nach Gebrauch Taschentücher in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

*Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten die Hände waschen.



Infektionen vorbeugen: Richtig Hände waschen schützt!



Um Krankheitserreger zu entfernen, wasche deine Hände gründlich in diesen 5 Schritten:

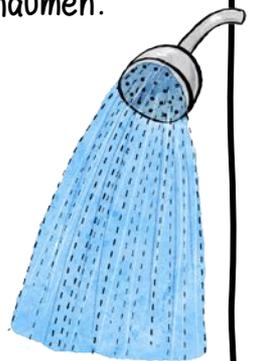
1 Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



2 Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.



3 Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 30 Sekunden Tipp: Zweimal hintereinander "Happy Birthday" summen oder singen!



4 Gründlich abspülen

Hände unter fließendem Wasser gut abwaschen.

5 Abtrocknen

Hände sorgfältig mit einem sauberen Tuch trocknen.



Weitere Tipps:

*Beim Husten und Niesen mindestens 1m Abstand halten und wegdrehen.

*Niesen und Husten am besten in ein Einmaltaschentuch. Nach Gebrauch Taschentücher in einen Mülleimer mit Deckel werfen!

*Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten die Hände waschen.

*Coole Alternativen für das Umarmen, Händeschütteln oder Küsschen geben zur Begrüßung suchen.

*Alternativ: In die Armbeuge niesen!

BLEIB GESUND!

