



# Richtig Händewaschen

#bleibgesund

Wir alle haben es von klein auf trainiert. Es gibt uns ein Gefühl von Reinheit und Sicherheit. Wir waschen unsere Hände, wenn sie schmutzig sind oder sich klebrig anfühlen. Vor der Zubereitung und dem Genuss von Speisen oder nach dem WC ist Händewaschen Ehrensache. Wer sich gezielt vor Krankheitserregern schützen möchte – z. B. nach Kontakt mit einer erkrankten Person oder nach einer Fahrt in der U-Bahn – ist bei der Händedesinfektion richtig. Denn: Händewaschen macht sauber, desinfizieren macht sicher.

**Gründliches Händewaschen dauert ca. 20–30 Sekunden. Etwa so lange, wie es braucht, diesen Text zu lesen. Danke, dass Sie Ihre Hände gewaschen haben!**



**1** Hände unter fließendem Wasser richtig nass machen.



**2** Seife entnehmen.



**3** Hände von allen Seiten mind. 20 Sek. gründlich einseifen ...



**4** ... auch zwischen den Fingern. Daumen und Fingerspitzen nicht vergessen.



**5** Seife gründlich und vollständig abspülen.



**6** Hände mit einem sauberen Tuch abtrocknen.