

**schütz  
ich mich  
schütz  
ich dich**

**RICHTIG NIESEN UND HUSTEN:  
DAMIT SICH  
KEINER  
ANSTECKT!**



### Behalt's bei dir!

Niese und huste in deine Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch und halte dabei Abstand zu anderen.



1.

### Nase rein!

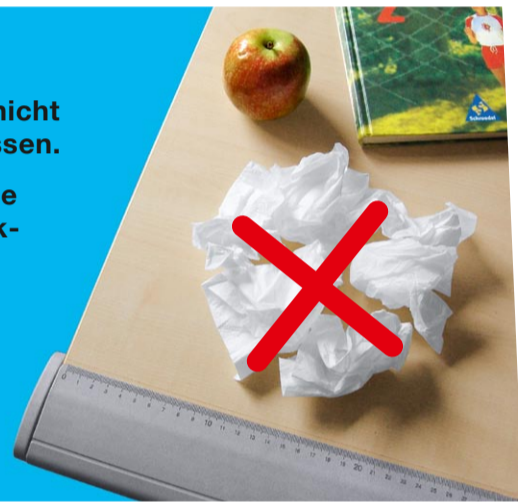
Zum Naseputzen ein Papiertaschentuch nehmen. Aber nur einmal!



2.

### Weg damit!

- > Taschentücher nicht herumliegen lassen.
- > Nicht in die Hose oder in die Rocktasche stecken.
- > Nicht sammeln.



3.

### Ab in den Eimer!

Taschentücher gehören in den Mülleimer. Deckel zu und fertig.



4.

In kleinen Tröpfchen unterwegs: Viren und Bakterien. Beim Niesen und Husten werden sie in alle Richtungen versprüht. Sie landen bei anderen Menschen oder auf Sachen, die andere berühren. Sei deshalb fair und hilf mit, dass sich Viren und Bakterien nicht weiter verbreiten. Richtig husten und niesen geht ganz einfach. Und noch ein Tipp: Bei Schnupfen häufig Hände waschen!

