

# Grippezeit = gründlich-Hände-Waschen Zeit ...

Beugen Sie vor, waschen Sie regelmäßig und gründlich Ihre Hände und entfernen Sie Krankheitserreger. So haben Sie in der Erkältungs- und Grippezeit mehr Chancen gesund zu bleiben.



## Nass machen

Hände unter fließendes Wasser halten.



## Rundum einseifen

Hände von allen Seiten einschäumen.



## Abspülen

Hände unter fließendem Wasser abwaschen.



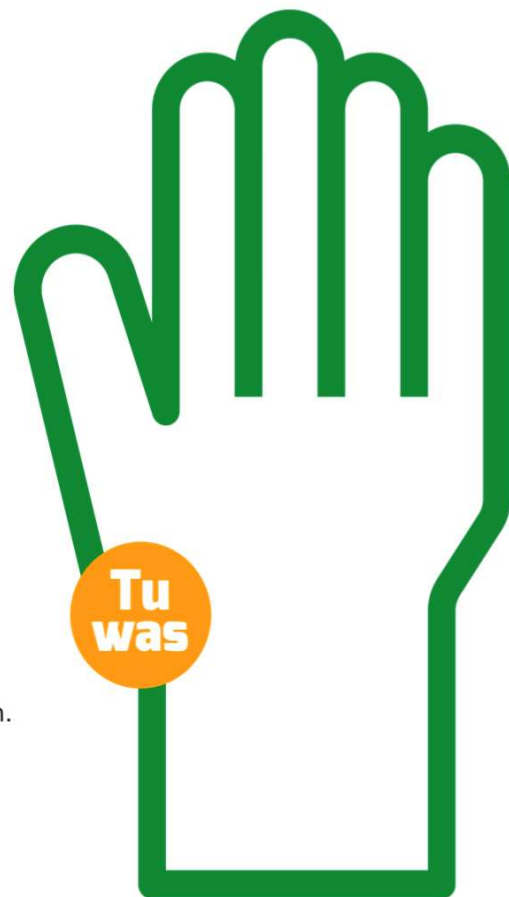
## Lassen Sie sich Zeit

Gründliches Einseifen und Waschen sollte mindestens 30 Sekunden dauern.



## Sorgfältig abtrocknen

Hände mit einem sauberen Tuch abtrocknen.



[kita.memmingen.de](http://kita.memmingen.de)



Memmingen, im Januar 2020  
Stadt Memmingen  
Amt42 Kindertageseinrichtungen  
[kita@memmingen.de](mailto:kita@memmingen.de) 08331/850462