

### Nase rein!

Zum Naseputzen ein Papiertaschentuch nehmen. Aber das Taschentuch nur einmal benutzen!

### Weg damit!

- Taschentücher nicht herum liegen lassen
- nicht in die Hose oder in die Rocktasche stecken
- nicht sammeln

### Behalt's bei dir!

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

### Ab in den Eimer!

Taschentücher gehören in den Mülleimer. Deckel zu und fertig!

# RICHTIG

# NIESEN UND

# HUSTEN

## Damit sich keiner ansteckt!

**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.

### Noch ein Tipp!

Bei Schnupfen häufig Hände waschen.



**infektionsschutz.de**

Wissen, was schützt.

**BZgA**  
Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung