

# So bleiben Sie gesund und vermeiden die Ausbreitung von COVID-19



Taschentücher verwenden  
und sofort nach Gebrauch  
entsorgen



Waschen Sie Ihre Hände  
regelmäßig 20 Sekunden  
lang



Bleiben Sie zu  
Hause, wenn Sie  
krank sind



Vermeiden Sie es,  
Ihr Gesicht zu  
berühren



Desinfizieren Sie häufig  
berührungsempfindliche  
Oberflächen



Vermeiden Sie engen  
Kontakt mit Anderen



Bedecken Sie Ihren  
Mund beim Husten oder  
Niesen