

# WIE KANN ICH MICH SCHÜTZEN?



regelmäßig und gründlich die Hände mit Wasser + Seife waschen



20-30 Sek.

2x Happy birthday to you... 🎵 🎶



normale Seife reicht

beim Husten + Niesen



falls kein Taschentuch zur Hand: in die Armbeuge niesen

Danach immer Hände waschen!



WAS MUSS ICH TUN, WENN ICH HUSTEN BEKOMME?



Ist auch Fieber und Atemnot dabei?



Gehe nicht zum Arzt, sondern rufe ihn an. So verhinderst du weitere Ansteckungen.

... UND WENN ICH KONTAKT ZU ERKRANKTEN PERSONEN HATTE?



beim zuständigen Gesundheitsamt melden: findet man über das Robert Koch Institut



ggf. 14 Tage Quarantäne, um eine weitere Ausbreitung zu verhindern