

## Wenn ich krank bin, bleib' ich lieber zu Hause



So werde ich schneller gesund:

- ▶▶ Ausruhen und im Bett bleiben
- ▶▶ Besuche von Freunden verschieben
- ▶▶ Nach dem Klo und vor dem Essen, Hände waschen nicht vergessen
- ▶▶ Mein eigenes Handtuch nehmen
- ▶▶ Für's Nase putzen und abwischen Papiertaschentuch verwenden und danach gleich in den Abfall werfen
- ▶▶ Beim Niesen und Husten Abstand zu anderen Menschen halten
- ▶▶ In ein Taschentuch oder in die Armebeuge husten (und niesen)
- ▶▶ Nicht ins Gesicht fassen
- ▶▶ Trinkglas, Essgeschirr und Besteck nicht mit anderen teilen
- ▶▶ Ab und zu das Fenster aufmachen und frische Luft hereinlassen

