

# Hilf mit, damit Du gesund bleibst und das Corona Virus wenig Leute ansteckt.



Am besten helfen diese Sachen:



## Wasch Deine Hände mit Wasser und Seife:

immer, wenn Du draußen warst, immer vor dem Essen und zwischendurch auch noch mal. Wasche Finger, Handrücken und Handflächen, ungefähr **30 Sekunden** lang. Das ist so lange, wie man braucht, um zweimal Happy Birthday zu singen.



Wenn Du husten oder niesen musst, **huste in Deine Armbeuge.**



Wirf gebrauchte Papiertaschentücher sofort in den Mülleimer. Deckel zu, fertig!



Gib niemandem zur **Begrüßung die Hand**, sondern denk Dir andere Begrüßungen aus: zwinkern, lächeln ...



Ob Du Freundinnen und Freunde treffen kannst, werden Deine Eltern oder Betreuer sagen. Wenn es nicht geht, könnt ihr **telefonieren oder chatten.**

