

## So wasche ich meine Hände richtig!

Das Händewaschen ist von ganz besonderer Bedeutung, um uns vor Viren und Bakterien zu schützen! Du berührst im Alltag viele Gegenstände, die verunreinigt sind und an denen sich deswegen Bakterien und Viren befinden können! Wie du auch sicherlich manchmal bemerkst, fassen wir uns mit den Händen immer mal wieder ins Gesicht, an den Mund, die Nase, das Auge. So können diese Bakterien und Viren in unseren Körper gelangen und uns krank machen.

Wasche dir deswegen, besonders wenn du z.B. im Supermarkt, in der Stadt oder ganz einfach gesagt, von draußen wieder Heim kommst, die Hände! So bist du gut vor Bakterien und Viren geschützt.

**Lasse dir mit dem Händewaschen Zeit! Je gründlicher du vorgehst, desto sauberer werden deine Hände!**

Bild 1:

Seife aus dem Spender auf Hände aufbringen!

Bild 2:

Wasser einschalten und die Hände zusammen mit der Seife etwas nass machen, sodass beim Reinigungsvorgang Schaum entsteht.

Bild 3:

Die Handinnenflächen gründlich aneinander reiben, sodass beim Reinigungsvorgang Schaum entsteht. Mache das ca. 15 Sekunden.

Bild 4:

Du steckst die Finger beider Hände ineinander, ähnlich wie beim Gebet. Jetzt reibst du auch hier, wie bei den Handinnenflächen, die Finger aneinander vorbei. Reinige auch deine Daumen, indem du sie mit deiner Hand umschließt und eine Drehbewegung ausführst.

Bild 5:

Reinige den Handrücken indem du mit der anderen Hand kräftig reibst. Lasse dir damit Zeit! Auch hier solltest du mindestens 15 Sekunden lang waschen!

Bild 6 und 7:

Um die Handseife vollständig zu entfernen, wasche dir die Hände gründlich mit Wasser ab. Denke auch daran, die Seife zwischen deinen Fingern mit Wasser zu entfernen!



1



2



3



4



5



6



7