

CORONAVIRUS

Wie können Sie eine Infektion verhindern?

Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mit Wasser und Seife. Rechnen Sie mit etwa 40 bis 60 Sekunden pro Waschgang.



Husten oder Niesen in einem Papiertaschentuch oder an der Innenseite des Ellenbogens.



Verwenden Sie Papiertaschentücher und entsorgen Sie sie in einem abschließbaren Mülleimer.



Bleiben Sie zu Hause, wenn Sie krank sind. Rufen Sie den Arzt an, gehen Sie nicht in die Arztpraxis oder Notaufnahme.



Berühren Sie Ihr Gesicht so wenig wie möglich mit Ihren Händen.



Vermeiden Sie es, Hände zu geben.



Vermeiden Sie engen Kontakt mit anderen Kranken.



Hoe kan je besmetting voorkomen?

Was je handen regelmatig en grondig met water en zeep. Reken zo'n 40 à 60 seconden per wasbeurt.

Hoest of nies in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van je elleboog.

Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze weg in een afsluitbare vuilbak.

Blijf thuis als je zelf ziek bent. Bel de huisarts, ga niet naar de praktijk of spoeddienst.

Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan met je handen.

Vermijd handen geven.

Vermijd nauw contact met anderen die ziek zijn.

PASSEN SIE AUF SICH SELBST UND ANDERE AUF.
DRAAG ZORG VOOR JEZELF EN ZO OOK VOOR ANDEREN.