

# Richtiges Händewaschen im Alltag

Zur Händehygiene im privaten Bereich ist im Allgemeinen das Händewaschen empfohlen und ausreichend. Da häufiges Händewaschen die Hände strapazieren kann, achten Sie auf eine gute Hautpflege.

## Wann?



Vor dem Essen



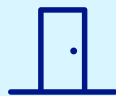
Nach dem Nase putzen



Vor und nach der Zubereitung von Speisen (nicht-kommerziell)



Nach der Toilettenbenutzung



Wenn man von draußen kommt



Bei sichtbarer Verschmutzung (z. B. nach Gartenarbeit)



Nach Berühren eines Haustieres

## Wie?



Hände mit max. lauwarmem Wasser richtig **nass** machen.



**20-30 Sek.** gründlich mit Seife einschäumen, Fingerspitzen, -zwischenräume und Daumen beachten.



Den Seifenschaum gut **abspülen**, Wasserhahn mit Ellbogen oder Einmal-Papiertuch schließen.



**Abtrocknen** am besten mit einem frischen Einmal-Papiertuch.