

GRIPPESAIISON

SO SCHÜTZEN SIE SICH UND IHR UMFELD VOR DER GRIPPE

WIE WERDEN KEIME VERBREITET?

Vorwiegend als 
Tröpfcheninfektion...



... aber auch über
Hände und Flächen.

MEISTBERÜHRTE FLÄCHEN

- Handy/Telefon
- Tastatur & Maus
- Arbeitstisch / -fläche
- Türklinke



Keime können
Monate auf
Flächen überleben!

SO VERHINDERN SIE DIE VERBREITUNG

- Korrekte Husten-/Niesen-Technik
- Nahen Kontakt mit angesteckten Personen vermeiden
- Hände regelmässig waschen und desinfizieren
- Bei Krankheit zu Hause bleiben
- Oberflächen regelmässig desinfizieren
- Anfassen von Augen, Nase und Mund vermeiden

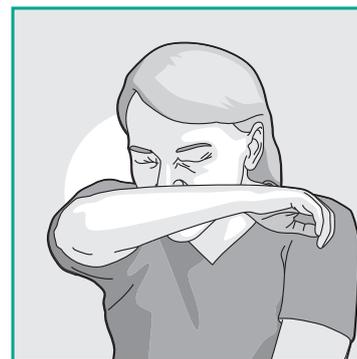
HUSTEN- / NIESEN-TECHNIK



Nicht in die Hand
niesen oder husten 



Taschentuch verwende
und nach Gebrauch 
entsorgen



Wenn kein Taschentuch
vorhanden ist: In den
Ellenbogen oder Oberärmel
husten oder niesen 