

# Tipps zur Vermeidung von Atemwegsinfektionen

Waschen Sie sich regelmäßig die Hände mit Wasser und Seife.



Lüften Sie die Orte, an denen Sie mit vielen Menschen zusammen sind.



Husten und Niesen? Benutzen Sie ein Papiertaschentuch und werfen Sie es weg. Kein Taschentuch? Niesen Sie in Ihren Ellbogen.



Sie sind 65 oder älter? Schwanger? Sie sind pflegender Angehöriger oder arbeiten im Gesundheitswesen? Dann lassen Sie sich gegen Covid-19 und die Grippe impfen.

Sie sind krank? Bleiben Sie zu Hause oder tragen Sie einen Mundschutz, wenn Sie öffentliche Verkehrsmittel nutzen oder überfüllte Orte aufsuchen.

