

Nies- en hoesthygiëne

Voorkom griep en andere infecties!

1



Hou een papieren zakdoek voor de mond bij hoesten en niezen.

2



Gooi de zakdoek onmiddellijk in de vuilnisbak.

3



Was handen met water en zeep of gebruik handalcohol.

4



Bewaar voldoende afstand (1 à 1,5 meter) met andere personen.

Tips!

- ✓ Raak mond, ogen en neus niet met de handen aan.
- ✓ Reinig deurklinken, telefoons, lichtsakelaars,... regelmatig.
- ✓ Was de handen regelmatig met water en zeep.
- ✓ Gebruik bij het handen wassen steeds papieren doekjes en geen gemeenschappelijke sponshanddoek.