

# Coronavirus COVID-19

## Was kann ich für meine Gesundheit tun?



**Waschen Sie regelmäßig die Hände**  
mit Wasser und Seife (mindestens 40-60 Sekunden).



Haben Sie keine Taschentücher dabei, **husten oder niesen Sie dann in die Ellenbeuge.**



**Benutzen Sie immer Papiertaschentücher und zwar nur ein Mal.**  
Werfen Sie sie anschließend in einen geschlossenen Mülleimer.



**Bleiben Sie zu Hause, wenn Sie krank sind.**



**Fassen Sie sich so wenig wie möglich mit den Händen ins Gesicht.**



**Schränken Sie so viel wie möglich physische Kontakte ein.**



**Vermeiden Sie enge Kontakte zu jeder Person mit Atemwegssymptomen (z.B. husten oder niesen).**

Für mehr Infos verweisen wir auf, [www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)