

# GEMEINSAM SCHAFFEN WIR DAS!

Eure Gesundheit und die unserer Rettungsschwimmer liegt uns am Herzen, deswegen beachtet bitte folgende **Hygieneregeln am Strand**:

1. Einen räumlichen Abstand von - **mindestens 2 Metern** - zu anderen Menschen einhalten.
2. Ein **Mund-Nasenschutz** sollte immer griffbereit sein.
3. Das Berühren von Augen, Nase und Mund vermeiden.
4. Anderen Personen nicht die Hand geben.
5. Bei Erkrankungen zu Hause bleiben.
6. In die Armbeuge niesen oder husten.
7. Regelmäßig und lange - **mindestens 30 Sekunden** - die Hände mit ausreichend Wasser und Seife waschen.
8. Nach dem Husten oder Niesen die Hände waschen.
9. Wenn Taschentücher gebraucht werden, diese sofort nach Gebrauch in den Abfalleimer entsorgen.



**Danke, dass ihr mitmacht!**  
Euer Rettungsschwimmerteam

