

# Har du tænkt på

## - hvad du kan gøre i din hverdag, for at undgå infektioner?

Hvornår vasker du hænder?

Hvor ofte bruger du sæbe?

Hvad gør du, når din næse løber?

Hvad kan du gøre i fremtiden?

- og tænk på flere ting...

søvn nok, sunde mad- og drikkevaner

samt daglig bevægelse hjælper

også med at styrke sundheden ...



-husk rent bord  
og rene hænder

