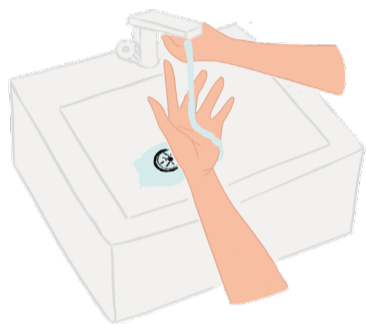


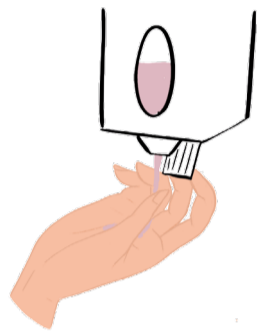
ZO WAS JE GOED JE HANDEN!

Handen wassen is goed voor de hygiëne.

Dit is nu extra hard nodig om verspreiding van het coronavirus te voorkomen.



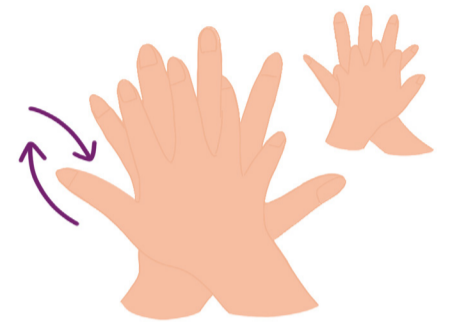
1. Maak je handen nat met water



2. Neem genoeg zeep voor beide handen en polsen



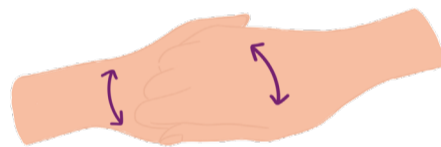
3. Wrijf met je handpalmen tegen elkaar



4. Wrijf de handpalmen over de handrug met de vingers in elkaar



5. Wrijf de handpalmen en de vingers in elkaar



6. Wrijf de achterkant van de vingers in de handpalmen



7. Wrijf de duim en pols in de handpalm



8. Maak met draaiende wrijvende bewegingen met de vingertoppen in de handpalm



9. Spoel de handen en polsen af met stromend water



10. Maak de handen goed droog met een papieren wegwerpdoekje



11. Doe dit 30 seconden



12. De handen zijn nu schoon



Was altijd je handen als je thuis komt

Droog je handen ook goed af