

# Handhygiëne

## Hoe was ik mijn handen met water en zeep?



Maak de handen nat met water



Neem genoeg zeep voor beide handen en polsen



Wrijf de handpalmen tegen elkaar



Wrijf de handpalm over de handrug met de vingers in elkaar



Wrijf de handpalmen en de vingers in elkaar



Wrijf de achterkant van de vingers in de handpalmen



Wrijf de duim en pols in de handpalm



Maak een draaiende wrijvende beweging met de vingertoppen in de handpalm



Spoel de handen en polsen af met stromend water



Maak de handen goed droog met een papieren wegwerpdoekje



40-60 seconden



...en de handen zijn schoon