

Voorkom dat je ziek wordt, was altijd goed je handen!



Stap 1:

Maak je handen nat met water.



Stap 2:

Doe vloeibare zeep op je handen.



Stap 3:

Was je handen 15 seconden lang grondig. Wrijf zowel de binnen- als de buitenkant over elkaar, wrijf ook tussen je vingers. Vergeet je vingertoppen, je duimen en je polsen niet.



Stap 4:

Spoel je handen af met water.



Stap 5:

Droog je handen met papieren handdoekjes.

Wanneer moet je je handen wassen?

Vóór:

- het koken
- het eten

en ná:

- hoesten, niezen en neus snuiten
- naar de wc gaan
- een kind verschonen
- dieren aanraken.