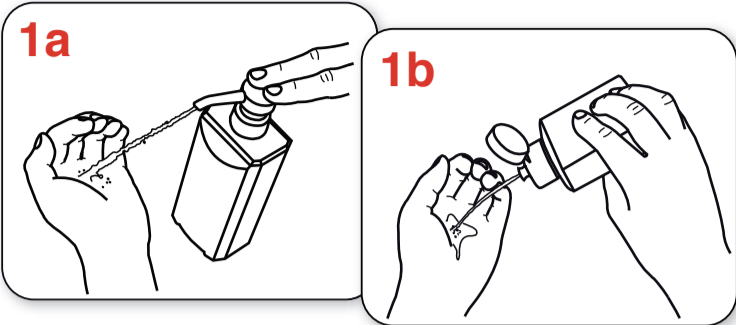
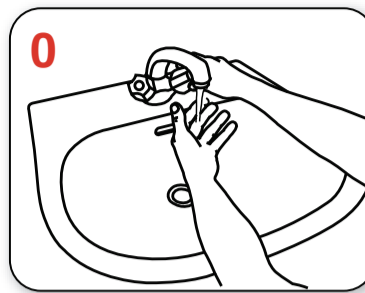


## Hoe ontsmet ik mijn handen met handalcohol?

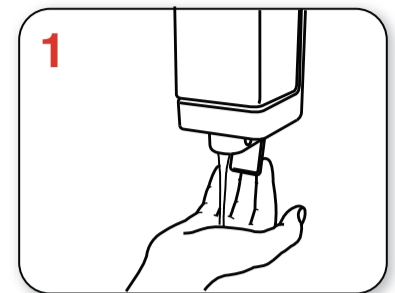


Neem voldoende handdesinfectiemiddel in de handpalm

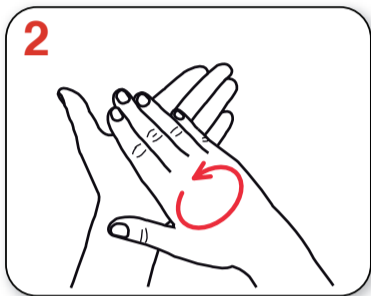
## Hoe was ik mijn handen met water en zeep?



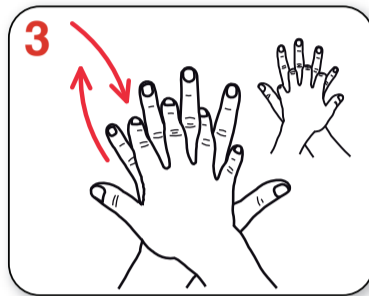
Maak de handen nat met water



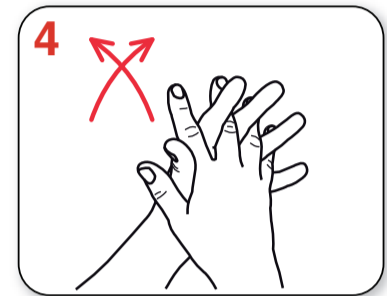
Neem genoeg zeep voor beide handen en polsen



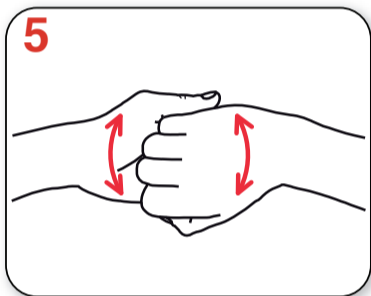
Wrijf de handpalmen tegen elkaar



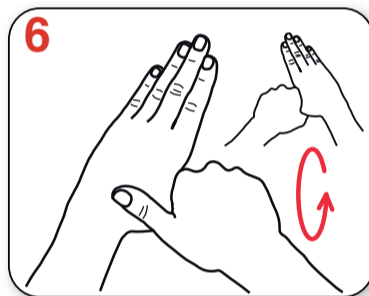
Wrijf de handpalm over de handrug met de vingers in elkaar



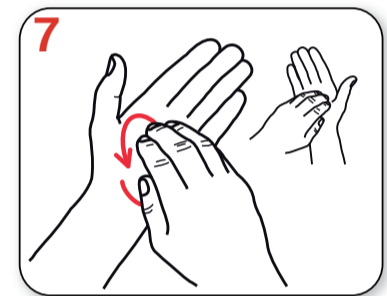
Wrijf de handpalmen en de vingers in elkaar



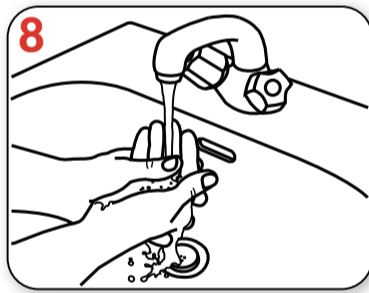
Wrijf de achterkant van de vingers in de handpalmen



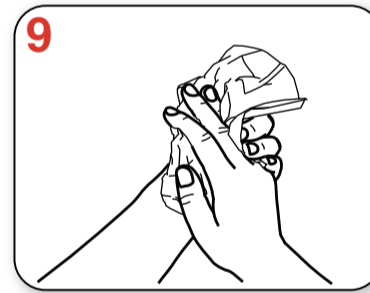
Wrijf de duim en pols in de handpalm



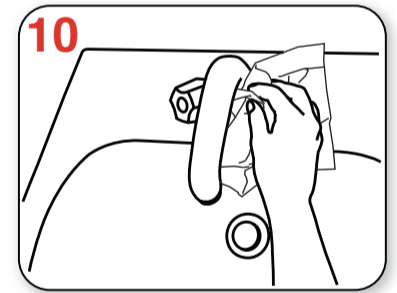
Maak een draaiende wrijvende beweging met de vingertoppen in de handpalm



Spoel de handen en polsen af met stromend water



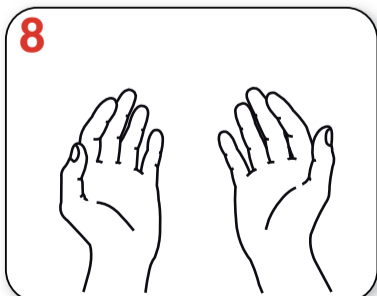
Maak de handen goed droog met een papieren wegwerpdoekje



Gebruik een papieren wegwerpdoekje om de kraan dicht te draaien



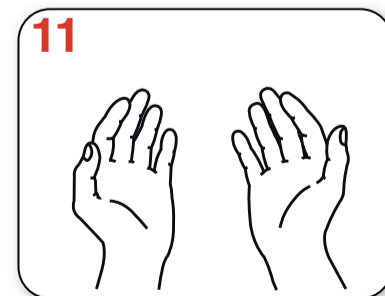
20-30 sec



...en de handen zijn schoon als ze droog zijn



40-60 sec



... en de handen zijn schoon