



Hoe ontsmet ik mijn handen met handalcohol?



1
Neem een handvol handalcohol
(ongeveer 3ml)



3
Wrijf de handpalmen
tegen elkaar



4
Wrijf de rechter handpalm
over de linker handrug
en omgekeerd



5
Wrijf de handpalmen
met de vingers in elkaar



6
Wrijf de achterkant
van de vingers in
de handpalmen



7
Wrijf de duim en pols
in de handpalm



8
Wrijf de vingertoppen van
elke hand draaiend in de
palm van de andere hand



20 - 30 seconden
handalcohol

Hoe was ik mijn handen met water en zeep?



1
Maak de handen
nat met water



2
Neem genoeg zeep voor
beide handen en polsen



9
Spoel de handen en polsen
af met stromend water



10
Maak de handen
goed droog



11
Sluit de kraan met
het wegwerpdoekje



40 - 60 seconden
water en zeep