

# HOE MOET JE JOUW HANDEN WASSEN?

## (STAPPENPLAN)

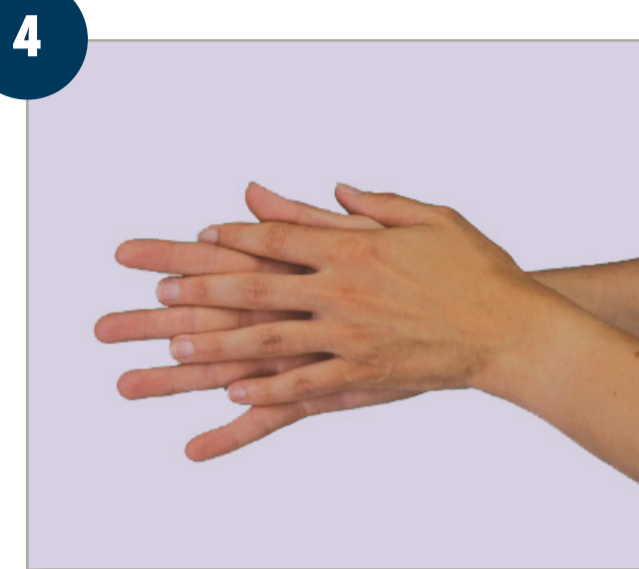
**1** Maak je handen nat, draai de kraan dicht en neem zeep. Zeep zorgt ervoor dat water tot in de kleinste groefjes van je huid raakt. Daarnaast absorbeert zeep bacteriën gemakkelijker.



Wrijf je handpalmen tegen elkaar.



Wrijf over de rug van je handpalmen.



Kruis je vingers en wrijf ze tegen elkaar.



Reinig de binnenkant van je handpalm met je vingertoppen.



Zeep je duimen grondig in.



Schraap met je nagels over je handpalm.

**8&9** Spoel de zeep met water van je handen. Droog je handen. Bij voorkeur gebruik je papieren handdoekjes. Onderschat het belang van deze stap niet. Natte handen geven 1000 keer meer bacteriën door dan droge.