

# Gids voor een goede handhygiëne

## Water

1



## Zeep

Neem voldoende  
zeep en zeep de  
handen in  
(handpalmen  
tegen elkaar).



2



## Handpalmen

Zeep de handrug in met gespreide vingers. Wrijf  
de handpalmen tegen elkaar en de vingers tussen  
elkaar. Houd de achterzijde van de vingers tegen  
de handpalm en dan de vingers in elkaar haken.



3



## Vingertoppen

4

De vingertoppen  
in de handpalm  
draaiend inwrijven.  
Vergeet ook de  
zijden van de  
handen niet.



## Duimen

5

Neem de linkerduim  
in rechterpalm en  
maak een draaiende  
beweging. Herhaal  
aan de andere kant.



## Spoelen

6

Spoel de handen  
met voldoende  
water.



## Drogen

7

Droog de handen  
zorgvuldig met  
een wegwerp-  
doekje en gebruik  
dit doekje om de  
kraan dicht te  
draaien.

