



Goed je handen wassen

Door regelmatig je handen te wassen, verklein je de kans dat jij of iemand in je omgeving het coronavirus krijgt.



🕒 Wanneer was je je handen?

Als je handen vies zijn.

Vlak voordat je gaat eten of eten klaar gaat maken.

Nadat je naar de wc bent geweest.

Nadat je je neus hebt gesnoten.

Voordat je naar buiten gaat.

Als je binnenkomt bij andere mensen thuis of op je werk.

Als je thuiskomt.

Kijk voor meer informatie op

www.rivm.nl/hygiene/handen-wassen



Zo was je goed je handen:

1. Maak je handen goed nat.
2. Gebruik water en vloeibare zeep uit een pompje.
3. Wrijf de handen zo seconden over elkaar.
4. Zorg dat de boven- en onderkant goed bedekt zijn met zeep.
5. Wrijf alle vingertoppen goed in.
6. Wrijf ook tussen de vingers.
7. Was ook je polsen, de binnenkant van je handen en je duimen.
8. Spoel de zeep zorgvuldig af met stromend water.
9. Droog je handen goed af met een schone doek of met papier. Ook tussen de vingers.

alleen samen krijgen we
corona onder controle