

# Handhygiëne

Reinigen  
met water  
en zeep



60  
sec.

**1** Bevochtig de handen met water, neem een voldoende hoeveelheid vloeibare zeep, verdeel over de handen en wrijf in op de volgende manier:



**2** Handpalmen tegen elkaar



**3** Handpalm over handrug met gespreide vingers (links en rechts)



**4** Handpalmen tegen elkaar en vingers tussen elkaar




**5** Achterkant van de vingers in de handpalm van de andere hand klemmen en heen en weer bewegen



**6** Duim vastnemen met de andere handpalm en inwrijven (links en rechts)



**7** Alle vingertoppen in de handpalm draaiend inwrijven (links en rechts)



**8** Spoel de handen zorgvuldig af met water



**9** Dep de handen droog met een wegwerpdoekje



**10** Sluit de kraan met het wegwerpdoekje



**11** De handen zijn gereinigd



Bron: WHO