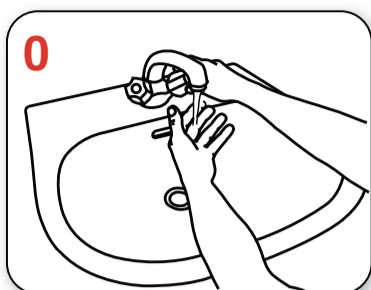
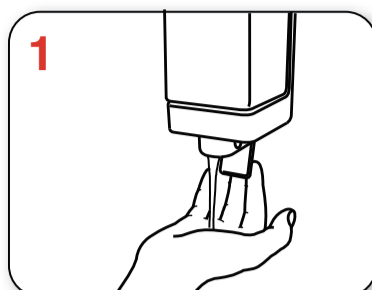


# Hoe was ik mijn handen met water en zeep?



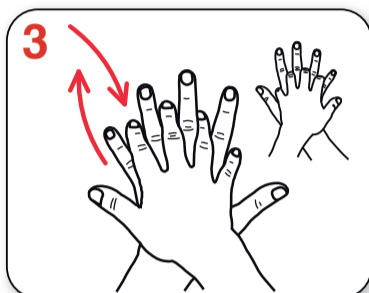
0 Maak de handen nat met water



1 Neem genoeg zeep voor beide handen en polsen



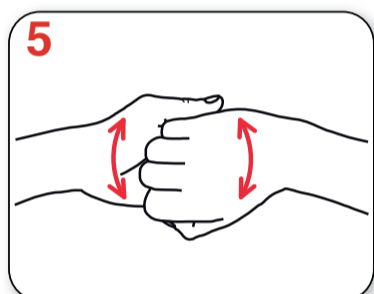
2 Wrijf de handpalmen tegen elkaar



3 Wrijf de handpalm over de handrug met de vingers in elkaar



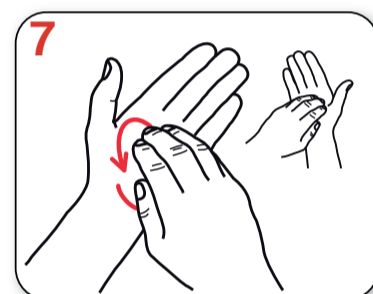
4 Wrijf de handpalmen en de vingers in elkaar



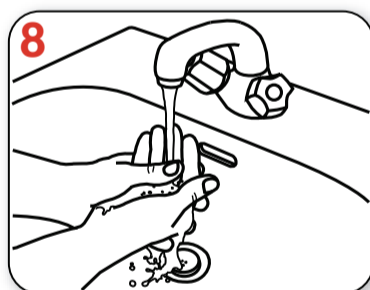
5 Wrijf de achterkant van de vingers in de handpalmen



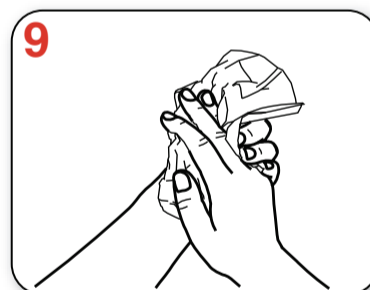
6 Wrijf de duim en pols in de handpalm



7 Maak een draaiende wrijvende beweging met de vingertoppen in de handpalm



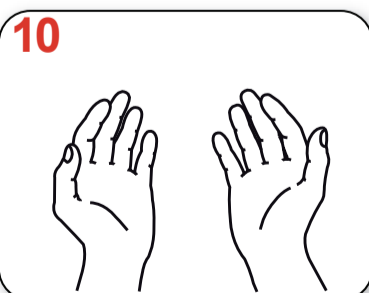
8 Spoel de handen en polsen af met stromend water



9 Maak de handen goed droog met een papieren wegwerpdoekje



40-60 sec



10 ... en de handen zijn schoon