



# Persoonlijke hygiëne

## Hand hygiëne



**STEP 1**  
Handpalm tegen handpalm wrijven



**STEP 2**  
Rechter handpalm over linker bovenzijde handpalm (en vice versa)



**STEP 3**  
Handpalm tegen handpalm met gekruiste vingers



**STEP 4**  
Onderzijde vingers van linkerhand in rechter handpalm wrijven (en vice versa)



**STEP 5**  
Linkerhandpalm met draaiende beweging rond de duim rechterhand bewegen (en vice versa)



**STEP 6**  
Rechterhand vingertoppen met draaiende beweging in de handpalm linkerhand wrijven (en vice versa)



**STEP 7**  
Droog de handen goed af.



**STEP 8**  
Desinfecteer de handen..

