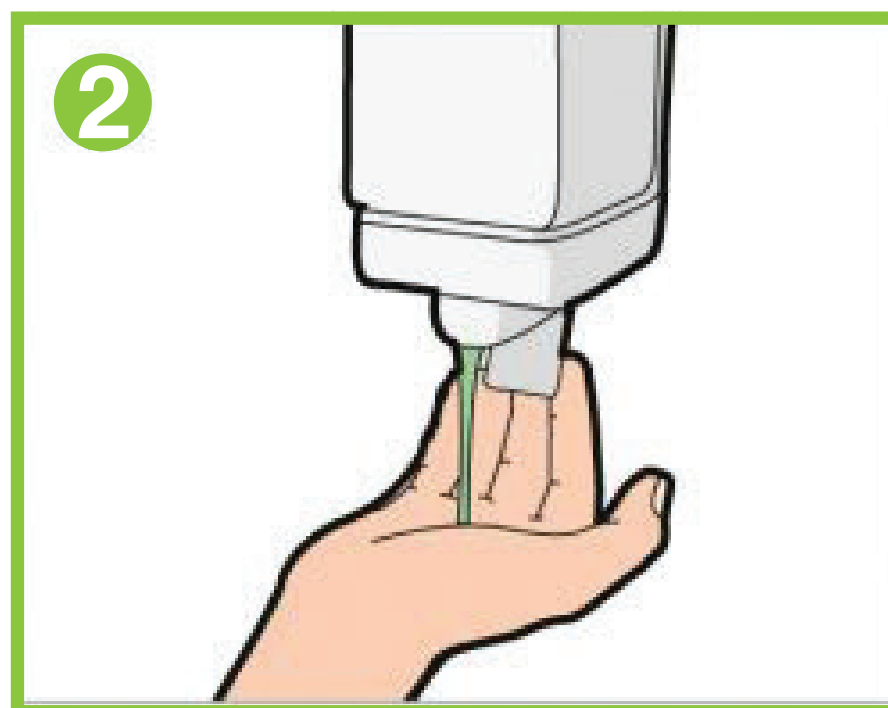


HANDHIGIËNE



- Was jou hande gereeld om die inname van bakterieë en die oordrag van infeksie van een persoon tot die volgende te beperk.
- Was jou hande –
 - nadat jy die toilet besoek het;
 - voor jy kos hanteer en voorberei, en nadat jy geëet het; en
 - nadat jy jou hande gebruik het om te hoë of nies.



Maak jou hande nat en wend seep aan.



Was jou hande deeglik, vryf die agterkant van die hande, en maak die vingers skoon, ook tussenin.



Spoel met skoon water af.



Droog jou hande af. Gooi die papierhanddoek, indien gebruik, in die vullisdrom.

Versorg jou hande. Dit kan infeksies versprei.



www.tshwane.gov.za

