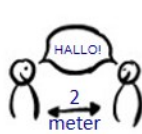




BLIJF  
BINNEN



GENIET VAN  
RUSTIGE  
BUITENPLEKKEN



HOUD MINIMAAL 2  
METER AFSTAND



LAAT DE HOND  
UIT



WEL: BLIJF IN BED



WEL: KIJK TV



NIET: GEBRUIK OPENBAAR  
VERVOER

## ONTWIJK GROTE GROEPEN

WANNEER:

- ✓ JE JE ZIEK VOELT
- ✓ JE JE FIT VOELT
- ✓ TOTDAT DE EPIDEMIE IN JOUW  
OMGEVING VOORBIJ IS

HOE:

- ✓ 'GROEP' BETEKENT MEERDERE  
MENSEN BIJ ELKAAR
- ✓ 'GROOT' BETEKENT DAT 2 METER  
AFSTAND HOUDEN NIET LUKT
- ✓ SCHUD GEEN HANDEN
- ✓ OOK VAN BELANG ALS JE GEZOND  
BENT!!

## BLIJF THUIS ALS JE ZIEK BENT

WANNEER:

- ✓ KOORTS
- ✓ HOESTEN
- ✓ KORTADEMIGHEID

HOE:

- ✓ BLIJF THUIS, ZELFS NADAT DE SYMPTOMEN  
WEG ZIJN TOTDAT DE DOKTER JE  
TOESTEMMING GEEFT
- ✓ BEL JE HUISARTS VOORDAT JE NAAR HET  
ZIEKENHUIS GAAT
- ✓ ONTWIJK OPENBARE RUIMTES, SCHOOL OF  
WERK
- ✓ GEBRUIK GEEN OPENBAAR VERVOER OF  
TAXIDIENSTEN
- ✓ DRAAG EEN MONDKAPJE ALS NAAR  
BUITENGAAN NOODZAKELIJK IS



DEURKNOPPEN



KRANEN



WC BRIL EN  
SPOELKNOP



LICHTKNOPPEN



WERKBLADEN EN  
TAFELS



TELEFOONS EN  
AFSTANDSBEDIENINGEN



IN EEN TISSUE OF  
PAPIEREN ZAKDOEK



IN JE ELLEBOOG

## MAAK VEELGEBRUIKTE OPPERVLAKTES SCHOON

WANNEER:

- ✓ ÉÉN KEER PER DAG
- ✓ NA VEELVULDIG GEBRUIK
- ✓ ALS GEBRUIKT DOOR  
ZIEK PERSOON

HOE:

- ✓ ZEEP EN WATER ZIJN GENOEG
- ✓ SCHOONMAAKALCOHOL VAN  
TENMINSTE 70%
- ✓ VERDUND BLEEKMIDDEL, 20 mL  
IN 1 LITER WATER

## HOEST EN NIES NETJES

WANNEER:

- ✓ ALS JE ZIEK BENT
- ✓ ALS JE EEN ALLERGIE HEBT
- ✓ ALS JE MET TEVEEL PEPER  
HEBT GEKOOKT

HOE:

- ✓ GOOI GEBRUIKTE TISSUES EN  
ZAKDOEKEN WEG
- ✓ WAS DIRECT JE HANDEN

20 SECONDEN



ZING HET ALFABET

## WAS REGELMATIG JE HANDEN

WANNEER:

- ✓ BIJ BINNENKOMST GEBOUWEN
- ✓ BIJ THUISKOMST
- ✓ NA TOILETGEbruik
- ✓ NA CONTACT MET MENSEN
- ✓ NA HOESTEN OF NIEZEN
- ✓ NA REIZEN MET OPENBAARVERVOER OF  
TAXIDIENSTEN
- ✓ VOOR HET ETEN OF ETEN KOKEN

HOE:

- ✓ ZEEP EN WATER WERKT HET BEST
- ✓ DESINFECTEERMIDDEL KAN OOK
- ✓ BEIDE KANTEN VAN JE HANDEN
- ✓ ONDER JE NAGELS
- ✓ TUSSEN JE VINGERS
- ✓ VERGEET JE DUIMEN NIET
- ✓ DROOG GOED AF