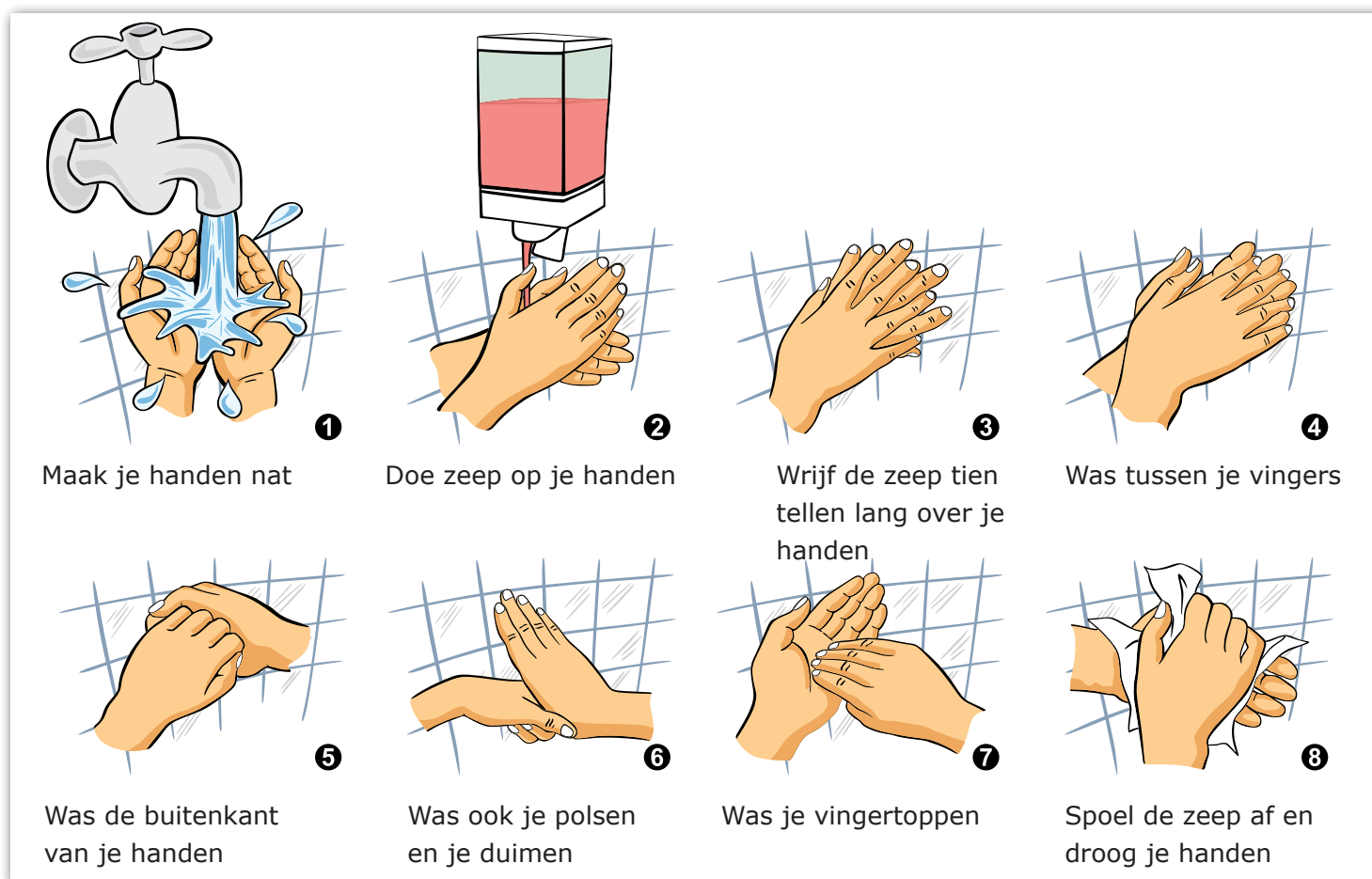


AAN DE SLAG MET VIEZE HANDEN!

Nee, je bent geen kleuter meer. En juist daarom ga je leren hoe je je handen moet wassen! Want als je het doet, doe je het goed. Net als een echte prof!

Zo doe je het:

- 1 | Bekijk de handenwaskaart.



- 2 | Oefen daarna met droge handen elke stap.

- 3 | Doe het nog eens, maar dan met water, zeep en droogdoekjes.

JE HEBT NODIG



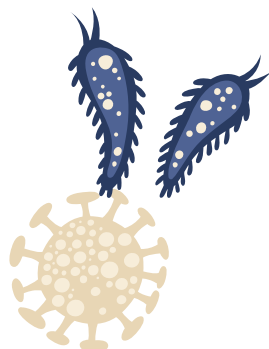
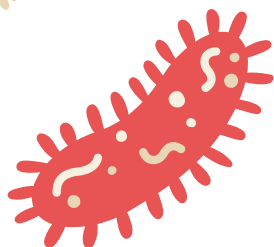
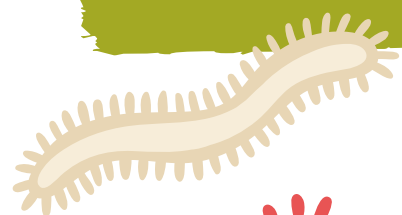
zeep



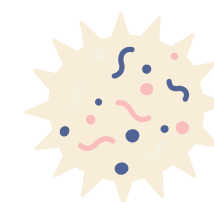
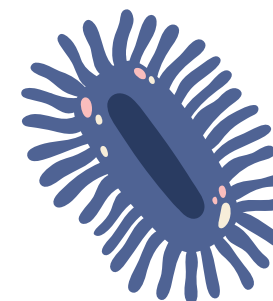
droge doekjes

JIJ BENT EEN MICROBEN-PRET PARK!

Altijd en overal, dag en nacht, waar je ook bent, word je achtervolgd. Ze zitten om je heen, ze zitten óp je, ze zitten zelfs ín je... miljoenen en miljoenen microben. **Bacteriën**, **virussen** en **schimmels** bedoelen we dan. Ze zitten op je huid, ze wonen in je darmen, ze krioelen in je mond en ze loeren naar je vanaf deurkrukken en toetsenborden. Mensen hebben namelijk veel plekken op hun lichaam die microben enorm aantrekkelijk vinden. Ze houden van warme, vochtige plekken waar ze voedsel kunnen vinden. En die heb jij in de aanbieding. Microben kunnen zich op jouw lijf prima vermenigvuldigen.



IS DAT ERG?



Ja en **nee**. We hebben microben nodig om gezond te blijven. Maar er zijn ook microben waar je ziek van kunt worden. Virussen die je verkouden maken of waarvan je griep krijgt. Bacteriën die zorgen voor diarree of een longontsteking. En schimmels waar je jeukende tenen van krijgt, bijvoorbeeld.

Microben zitten in je poep, plas en spuug. Ze verspreiden zich via de lucht, voedsel, voorwerpen en via je handen. En dat laatste... daar gaan we wat aan doen!

ZIJN JULLIE HANDEN EIGENLIJK WEL VUIL?



DEEL I – DE BOTERHAMMENPROEF

ZIJN HANDEN EIGENLIJK VUIL?
JULLIE WEL

Kijk eens even naar je handen. Die zien er toch helemaal niet zo vies uit, of wel?
Dat gaan we eens even onderzoeken. We doen de boterhammenproef.



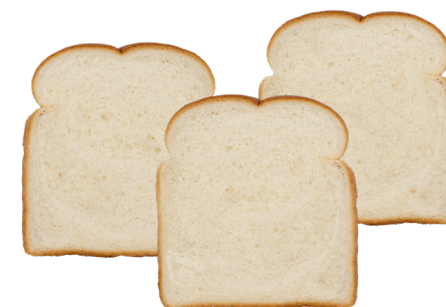
Zo gaat het: De juf of meester heeft drie witte boterhammen.

- 1 De eerste boterham doet hij of zij zonder aan te raken (eventueel met een pincet) in een plastic zakje. Zet daarop: 'Niet aangeraakt'.
- 2 De tweede boterham maakt een rondje door de klas. Iedereen houdt hem even tussen zijn handen en geeft hem dan weer door. Daarna gaat deze boterham ook in een zakje. Zet daarop: 'Aangeraakt door vieze handen'.
- 3 Nu gaat iedereen zijn handen wassen, netjes met zeep. Daarna maakt de derde boterham ook een ronde door de klas. Raak hem aan en geef hem door. Deze boterham gaat in het derde zakje. Zet daarop: 'Aangeraakt door schone handen'.



Nu is de proef klaar. De juf of meester hangt de boterhammen in hun zakjes op het bord. Volgende week zul je wel zien wat er met de boterhammen is gebeurd...

JE HEBT NODIG



3 boterhammen



3 boterhamzakjes



pincet

DEEL 2 – DOE EEN OPDRACHT

AAN DE SLAG MET VIEZE HANDEN!

VERDEEL DE KLAS IN VIER GROEPJES

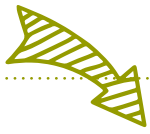
DEEL 2 – DE PEPERPROEF

AAN DE SLAG MET VIEZE HANDEN!

“Was je handen!” roept je moeder, vader, oma, oppas of juf. “Met zeep!” komt er dan vaak nog achteraan. Maar waarom is dat eigenlijk nodig? Van wassen met alleen water worden je handen toch ook best schoon? Dat gaan we onderzoeken met de peperproef.

Zo doe je het:

- 1 | Vul het kommetje voor driekwart met water.
- 2 | Strooi nu een laagje peper op het water. Blijft het drijven? Goed zo!
- 3 | Doe je nu wijsvinger in het water. Wat gebeurt er? Schrijf dat hieronder op.

- 4 | Was nu je handen en smeer een beetje zeep op je vingertop. Doe je wijsvinger dan weer in het water. Wat gebeurt er nu?

- 5 | Spoel het kommetje schoon en droog het netjes af voor de volgende groep.
Niets verklappen, hè!

JE HEBT NODIG



1 kommetje



zeep



peper

DEEL 2 – DE PEPPERPROEF

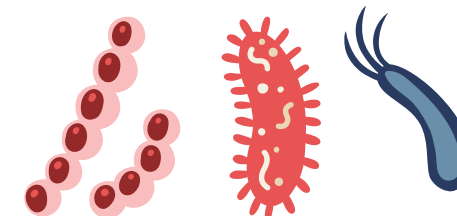
AAN DE SLAG MET VIEZE HANDEN!



HOE KAN DAT?

In de huid van je hand zit een soort olie. Microben zijn er dol op! Aan die olie kunnen ze lekker blijven plakken en zich zo verder verspreiden. Zeep zorgt ervoor dat de olie van je huid wordt afgebroken. Je handen zijn even olie-vrij na het wassen. En je ziet aan de peperpoeder wat microben dan doen...

WISSEL NU VAN GROEP EN DOE DE ANDERE PROEF.



DEEL 2 – DE GLITTERPROEF

AAN DE SLAG MET VIEZE HANDEN!

Piepkleine onzichtbare ziekteverwekkers die zich via je handen kunnen verspreiden.
Is dat nou niet een beetje overdreven? En helpt handen wassen dan eigenlijk wel?
Dat gaan we onderzoeken met de verfproef.

Zo doe je het:

1 | Eén van jullie doet wat handcrème op zijn handen en strooit glitters op zijn rechterhand.
Ga op een rij staan. De persoon met de glitterhand schudt de hand van zijn buurman.
De buurman geeft nummer 3 in de rij een hand. Zo ga je door tot iedereen om de beurt een handje heeft gehad.

2 | Onderzoek nu de hand van de laatste in de rij. Zitten er glitters op? Schrijf dat hieronder op.

3 | Doe nu dezelfde proef. Alleen dit keer was je je handen goed met water en zeep nadat je de glitters op hebt gedaan. Wat gebeurt er nu?

Was er een verschil? O ja O nee O een beetje

JE HEBT NODIG

glitters



handcrème

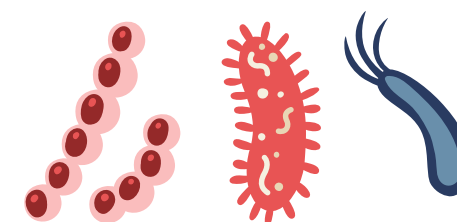
DEEL 2 – DE GLITTERPROEF

AAN DE SLAG MET VIEZE HANDEN!



HOE KAN DAT?

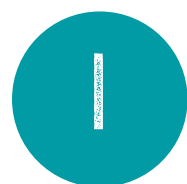
In de huid van je hand zit een soort olie. Microben zijn er dol op! Aan die olie kunnen ze lekker blijven plakken en zich zo verder verspreiden. Het is dus waar dat je niet alleen glitters, maar ook ziekteverwekkers via je handen door kunt geven aan je vrienden of familie. Als je je handen regelmatig wast met zeep, gebeurt dit niet zo snel.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

Jullie weten nu veel over handen wassen en dus zijn jullie helemaal klaar voor deze quiz.
Wat heb je nodig? Nou, natuurlijk je handen!!!

PLASKETTINGEN ZIJN VIEZE DINGEN.



Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ



Waar!

Ze zitten vol microben van
vieze poep- en plashanden.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

2

TOILETBRILLEN ZIJN VIEZER
DAN DEURKLINKEN.

Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

2

Niet waar!

Toiletbrillen zijn meestal
minder vuil omdat ze vaker
worden schoongemaakt.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

3

ALS JE NIEST, VLIEGT HET SNOT MET
EEN SNELHEID VAN TWEEHONDERD
KILOMETER PER UUR NAAR BUITEN.

Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

3

Waar!

En de microben in het snot
vliegen even hard mee.

Nies daarom met je arm
voor je mond.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

4

VOOR JE NAAR DE WC GAAT,
MOET JE ALTIJD JE HANDEN WASSEN.



Waar ➡ handen omhoog

Niet waar ➡ handen omlaag

DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ



4

Niet waar.

Dat doe je nádat je naar de wc bent geweest.

Zo voorkom je dat poep- en plasbacteriën zich verspreiden.

DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

5

BACTERIËN ZIJN ZO KLEIN
ALS DE PUNT VAN EEN NAALD.

Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

5

Niet waar.

Ze zijn zelfs nog veel kleiner.

Op de punt van een naald passen
miljoenen bacteriën.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ



6

ALS JE UIT BAD KOMT,
MOET JE METEEN JE HANDEN WASSEN.

Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag

DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ



6

Niet waar.

Als je uit bad komt, ben je toch al schoon?

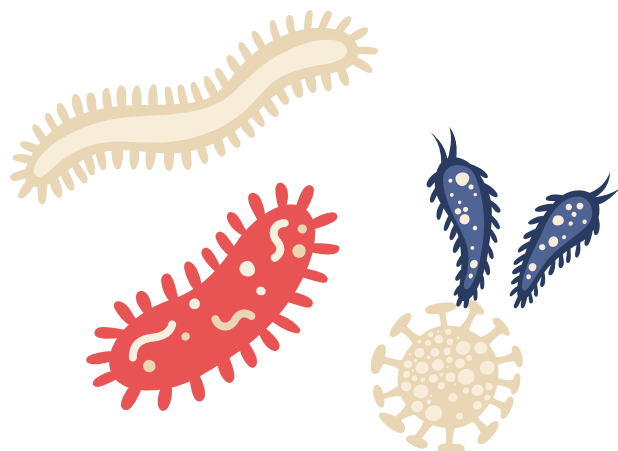
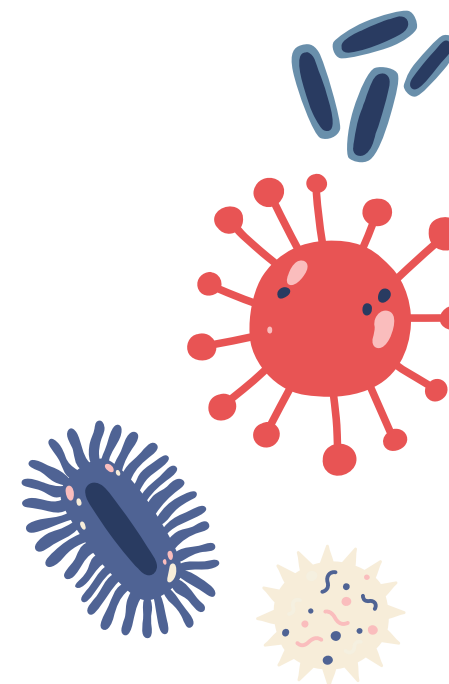
DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

7

IEDER MENS HEEFT ONGEVEER
ANDERHALVE KILO MICROBEN
OP EN IN ZIJN LIJF.

Waar → handen omhoog

Niet waar → handen omlaag

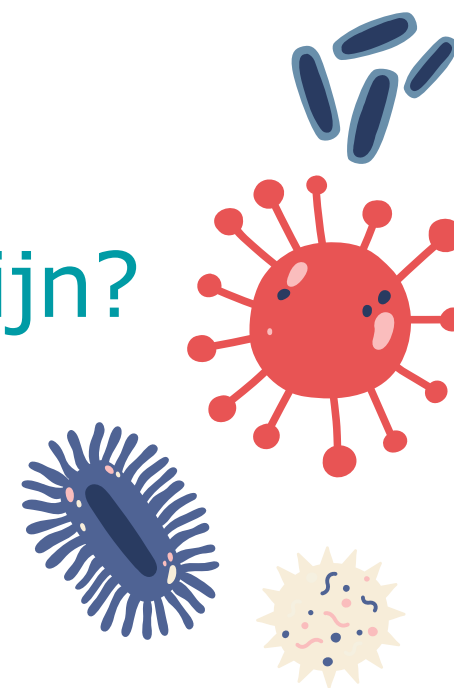


DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

7

Waar!

Kun je je voorstellen hoeveel dat er zijn?



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

8

ER ZITTEN GEMIDDELD VIERHONDERD
KEER MEER BACTERIËN OP EEN
TOETSENBORD DAN OP DE WC-BRIL.

Waar ➡ handen omhoog

Niet waar ➡ handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

8

Waar!

Dit komt omdat een toetsenbord niet vaak wordt schoongemaakt.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

9

ALS JE HEBT GEGETEN,
MOET JE JE HANDEN WASSEN.

Waar ➡ handen omhoog

Niet waar ➡ handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

9

Niet waar!

Beter was je je handen vóór je gaat eten.

Dan komen de microben van je
handen niet in je lijf terecht.

Je wast natuurlijk wel je handen als ze vies
zijn geworden door het eten.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

10

MICROBEN ZIJN DOL
OP MOBIELTJES.

Waar ➡ handen omhoog

Niet waar ➡ handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

Waar!

Een mobieltje zit vol microben.
Dat komt omdat je hem steeds
aanraakt met je gezicht en handen.
Je bewaart hem op warme
broedplaatsen zoals in je broekzak.
En maak je hem weleens schoon?



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

VAATDOEKJES ZITTEN
VOL MICROBEN.



Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag

DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

Waar!

In een vaatdoekje zitten
na één dag ongeveer
drie miljard microben.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

12

ALS JE EEN DIER HEBT GEAAID,
MOET JE JE HANDEN WASSEN.

Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

12

Waar!

In de veren of vacht van dieren
zitten microben waarvan je
ziek kunt worden.

De microben zitten net als bij mensen in lichaamsvloeistoffen, dus ontlasting, urine, snot, speeksel, bloed. Dieren gaan niet dagelijks onder de douche, maar wassen zichzelf. Daarom kunnen deze microben overal op dieren zitten.



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

13

HANDDOEKEN ZIJN
SMERIGE DINGEN.

Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

Waar!

Zeker als er één handdoek is voor een hele klas of school. Handdoeken zitten al snel met vol microben en komen dan juist op je schone handen als je ze afdroogt. Losse droogdoekjes zijn dus beter.

13



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

14

POEPBACTERIËN ZIJN WEG
ALS JE DE WC HEBT DOORGESPOELD.

Waar  handen omhoog

Niet waar  handen omlaag



DEEL 3 – DE GROTE HANDENWAS-QUIZ

14

Niet waar!

Poepbacteriën blijven tot twee uur na je toiletbezoek in de lucht hangen. Ze kunnen tot wel zes meter verderop teruggevonden worden.

