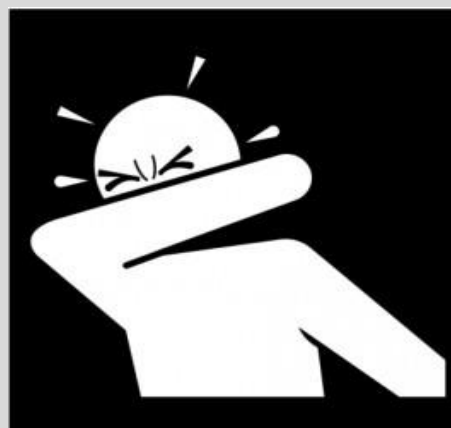


# Voorkom besmetting



Blijf thuis als je je niet lekker voelt  
(griep, koorst, hoesten, benauwd)

---



Hoesten en Niezen in je elleboog

---



Gebruik papieren zakdoekjes  
als je moet snuiten

---



Schud geen handen

---



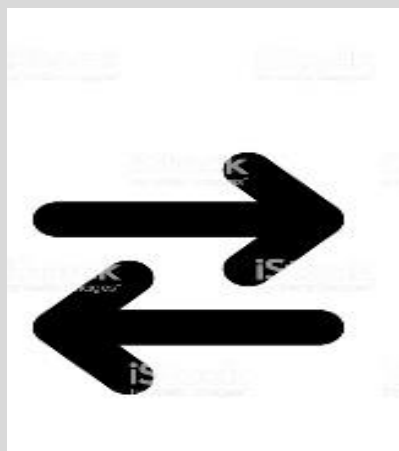
Hou 1,5 meter afstand

---



Was vaak je handen met zeep.  
Was altijd je handen als je  
naar de WC bent geweest!

# Speciaal voor jeugdtraining



Volg speciale route



Drink uit eigen bidon



Ga thuis naar het toilet  
Douche na afloop thuis



Gebruik schone spelmateriaal



Vanaf 13 jaar – houdt 1,5 meter afstand



Was thuis je handen voordat je gaat trainen