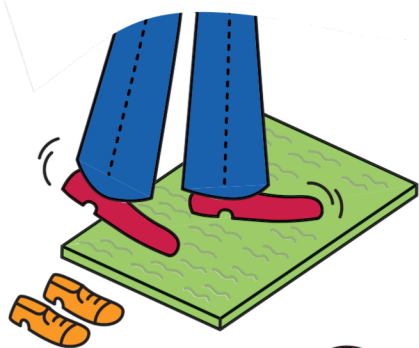


Vermijd contact met metalen. Volg deze tips!

Veeg je voeten

Veeg je voeten voor je je woning binnengaat. Of doe je schoenen uit.



Was regelmatig je handen

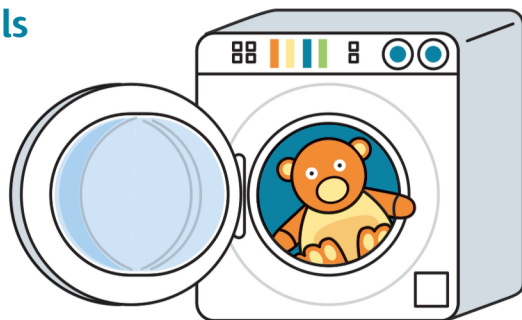
Was je handen en die van je kinderen met leidingwater:

- voor het eten
- nadat je in de tuin werkte
- nadat je kinderen buiten speelden



Was speelgoed en knuffels

- Spoel speelgoed regelmatig af met leidingwater.
- Was knuffels regelmatig in de wasmachine.



Bedek de bodem

- Bewerk grond in de tuin niet als het niet moet.
- Bedek zand en niet-beplante bodem met boomschors, gras of planten.



Bescherm jezelf tijdens bouw- en renovatiewerken

- Hou kinderen uit de buurt van de werken.
- Tijdens de werken: draag werkkledij, werkhandschoenen en een stofmasker type P3.
- Na de werken: spoel alles goed af met leidingwater en poets je woning met leidingwater.



Spoel je deurmat af

- Spoel elke week je deurmat af met leidingwater.
- Een deurmat van rubber of kunststof spoel je gemakkelijk af.



Poets regelmatig je woning

- Poets je woning, terras, oprit en stoep met leidingwater, niet met grond- of putwater.
- Gebruik een stofzuiger met een HEPA-filter. Die filtert hele kleine stofdeeltjes.



Ventileer je woning

- Ventileer continu je woning, bijvoorbeeld via ventilatieroosters
- Lukt dat niet? Zet regelmatig de ramen van je woning 15 minuten open.



Controleer de speelomgeving

- Laat kinderen niet op een stoffige ondergrond spelen.
- Gebruik enkel leidingwater om zwembadjes te vullen.



Eet geen groenten, fruit of eieren van eigen kweek

- Eet geen zelfgekweekte groenten of fruit. Ook niet uit een plantenbak of serre.
- Eet ook geen eieren van je eigen kippen.

