

- 29. Handdoek vouwen
- 30. Telefoneren
- 31. Toilettas openen
- 32. Tijdschrift lezen

Doel: aangedane hand en arm zoveel mogelijk gebruiken.

---

### 29. Handdoek vouwen

Vouw een handdoek met twee handen dubbel.  
Vouw hem daarna nogmaals dubbel.  
Dit kan ook met een broek of t-shirt.



---

### 30. Telefoneren

Houd de telefoon in de aangedane hand.  
Druk de toetsen met de goede hand in.



---

### 31. Toilettas openen

Open de rits met de aangedane hand.  
Pak spullen uit de toilettas en doe ze terug.  
Sluit de rits.



---

### 32. Tijdschrift lezen

Sla de bladzijden om met de aangedane hand.

