

# Voorstralen

## ① Voorbereiding

Je gaat een koe voorstralen. Voorstralen is met de hand even kort melken.

- Vraag aan je begeleider waar je gaat werken.



## ② Wat heb je nodig?

- Koe in de melkstal
- Papieren doek
- Overall en laarzen



## ③ Aan het werk

- Doe de overall en laarzen aan.
- Was je handen met water en zeep.
- Ga naar de melkstal.



- Pak een papieren doek.
- Ga bij de koe staan.
- Praat tegen de koe. Zo stel je haar gerust.



- Leg je vrije hand tegen de koe aan.  
Blijf rechtop staan.



Let op. Een koe kan trappen.

- Wrijf met de papieren doek stevig de spenen schoon.
- Gooi de papieren doek in de afvalbak.



- Ga weer bij de koe staan.
- Leg je hand om de speen heen.  
Doe dit zo hoog mogelijk.
- Klem de bovenkant van de speen af.  
Doe dit met je duim en wijsvinger.



- Knijp nu ook eerst je middelvinger en dan je ringvinger om de speen.  
Doe dit in een vloeiende beweging.  
Je knijpt zo de melk uit de speen.  
Als de koe lange spenen heeft, gebruik je ook je pink.
- Doe dit vier keer.



Waarschuw je begeleider als je klontjes in de melk ziet.

#### ④ Afronding

- Controleer of je alle stappen van deze kaart hebt gedaan.
- Vertel je begeleider hoe je de koe hebt voorgestraald.
- Was je handen.