

ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ



Σχολική Νοσηλεύτρια: Ντεβερίκου Μελπομένη ΠΕ25

ΥΓΙΕΙΝΗ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ

- Γιατί είναι σημαντικό να πλένουμε τα χέρια μας;
- Τι θα συμβεί αν δεν πλένω τα χέρια μου συχνά;

Η υγιεινή των χεριών αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα μέτρα πρόληψης και διασποράς μικροβίων και ιών. Υιοθετώντας την στην καθημερινότητα μας προστατεύουμε τον εαυτό μας και τους γύρω μας από την μετάδοση τους.

Τι είναι τα μικρόβια;



- Είναι οργανισμοί
- Είναι πολύ μικροί
- Είναι τόσο μικροί που εμείς οι άνθρωποι δεν μπορούμε να τα δούμε

Olagiatonhpiagwgeio.blogspot.com

[ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΜΑΣ ΤΑ ΜΙΚΡΟΒΙΑ!!! – YouTube](#)

Που βρίσκονται;



- Τα μικρόβια βρίσκονται παντού!!!
- Στα πράγματα που αγγίζουμε...
- Στα τρόφιμα που αφήνουμε εκτεθειμένα ή που έχουν χαλάσει..
- Ακόμη και στον αέρα...

Μπορείτε να ανακαλύψετε που είναι
Κρυμμένα τα μικρόβια;



Είναι κακά τα μικρόβια,



- Τα μικρόβια μας κάνουν να αρρωσταύμε
- Άρα;;

Πως θα προφιαχθούμε από τα μικρόβια;
Το μυστικό είναι ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ και πάλι ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ!
Η νεράιδα της καθαριότητας θα μας πει πως να το πετύχουμε!



Olagiatonhpiagwgeio.blogspot.com

Πλένουμε τα χέρια μας συχνά!



[Σωστό πλύσιμο χεριών – YouTube](#)
[Σωστό Πλύσιμο Χεριων \(youtube.com\)](#)

Πότε πλένουμε τα χέρια μας;



Πρίν από το
φαγητό.



Όταν πάμε στην
τουαλέτα



Όταν βήχουμε ή
φτερνιζόμαστε



Όταν πιάνουμε
ζώα



Μετά το παιχνίδι



Τα χέρια μου πλένω συχνά
Και πολύ προσεχτικά!

1



Ρίχνω πρώτα
το νεράκι!

2



Και μετά
το σαπουνάκι!

3



Με προσοχή τα σαπουνίζω!
Δάχτυλα... Νύχια... Παλάμες...
Τίποτα δεν αφήνω!

4



Και αφού
ξεπλύνω

5



Και τα σκουπίσω
Δείτε πώς λάμπουν!

Μικρόβια... Πίσω!!!

Δε θα με κάνετε να αρρωστήσω!

Ανοίγω τη βρύση

1



Βρέχω τα χέρια μου

2



SparkleBox © Copyright 2009 SparkleBox Teacher Resources (www.sparklebox.co.uk)

Βάζω σαπούνι

3



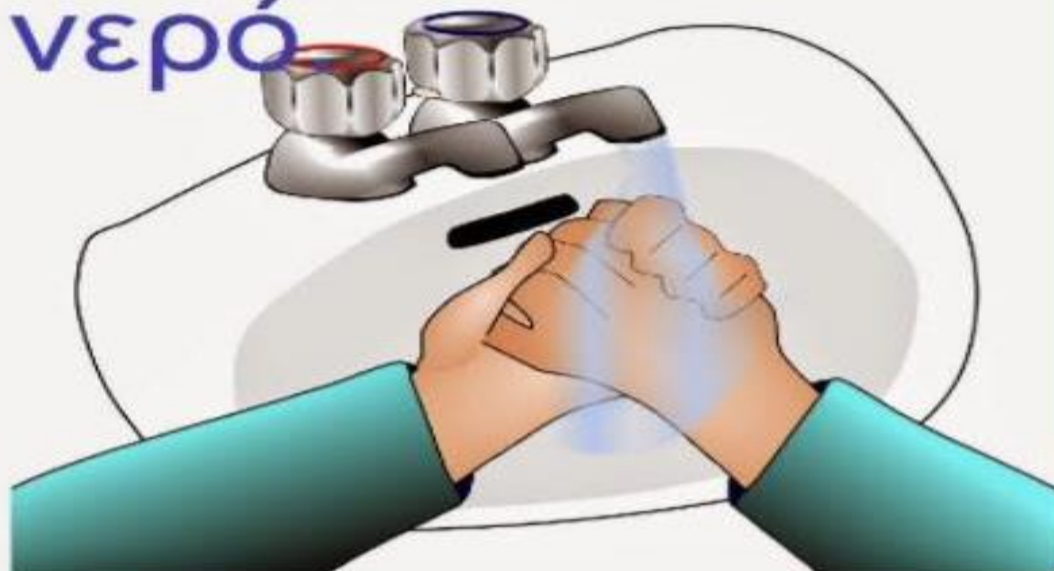
Σαπουνίζω καλά και τα δύο χέρια και τα τρίβω παντού. Από τον αντίχειρα μέχρι το μικρούλη και τα νύχια.

4



Ξεπλένω καλά τα χέρια
μου με νερό

5



Σκουπίζω καλά με χαρτί ή
πετσετούλα.

6





Διατηρώ τα χέρια μου
καθαρά! Τα μικρόβια μου , δε
μοιράζω στα άλλα
τα παιδιά!

ΦΥΛΛΑ

ΕΡΓΑΣΙΑΣ



Πλένω τα χέρια μου

...όταν είναι
λερωμένα,
γεμάτα
μικρόβια,



...πριν το
φαγητό ή
το άγγιγμα
τροφίμων,



...μετά τη
χρήση της
τουαλέτας,



...μετά το
φύσημα της
μύτης ή το
βήξιμο,



...μετά το
παιχνίδι
με
φίλους,



...μετά το
παιχνίδι σε
εξωτερικό
χώρο,



...μετά το
άγγιγμα
κατοικιδίων ή
άλλων ζώων,



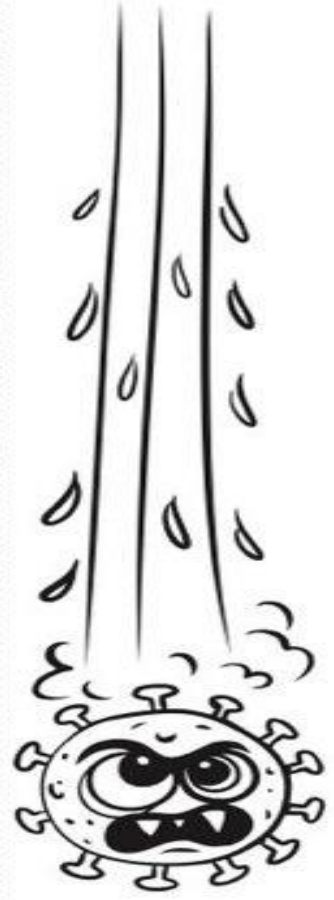
...πριν ή μετά
την επίσκεψη
σε άρρωστο
συγγενή ή
φίλο.

ΟΝΟΜΑ: _____ ΗΜΕΡΑ: _____

Υγιεινή των χεριών

Συμπληρώνω την αφίσα:





ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

[Το νέο νηπιαγωγείο που ονειρεύομαι
\(dreamkindergarten.blogspot.com\)](http://dreamkindergarten.blogspot.com)

olagiatonhriagwgeio.blogspot.com

edoniriagogeio.blogspot.com