

HIGIENOS SVARBA

HIGIENA – neatsiejama žmogaus geros savijautos ir sveikatos dalis.

Dėl netinkamos rankų higienos ir (ar) prastų rankų plovimo įgūdžių galima susirgti įvairiomis infekcinėmis ligomis.

Svarbu laikytis ne tik rankų, bet ir asmens bei maisto higienos, kadangi taip nuo odos, dažnai liečiamų paviršių ir maisto produktų pašaliname kenksmingas medžiagas ir mikroorganizmus.

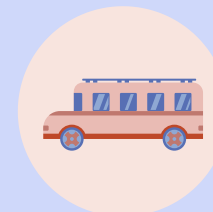
Dėl šių priežasčių reikia stengtis vaikus nuo pat mažens mokyti plauti rankas, nusiprausti, valyti dantis, laikytis maisto higienos reikalavimų ir ugdyti supratimą apie juos.

Stenkitės mažiesiems paaiškinti, kodėl svarbu plauti daržoves, vaisius, uogas, parsineštus iš daržo ar parduotuvės, kartu tai darykite su jais, kad vaikas suprastų to reikšmę ir išmoktų tinkamai tai daryti. Gamindami maistą nepamirškite naudoti skirtingų pjaustymo lentelių ir peilių, papasakokite vaikams, kad tai labai svarbu siekiant užtikrinti maisto saugą.

Ir svarbiausia būkite pavyzdžiu savo mažyliui.



PAGLOŠČIUS
GYVŪNĄ



PASINAUDOJUS
VIEŠOJU
TRANSPORTU



PRIEŠ GAMINANT
MAIŠTĄ



PRIEŠ VALGANT



PASINAUDOJUS
TUALETU



VISADA, KAI
RANKOS YRA
NEŠVAROS



ATLIKUS NAMŲ
RUOŠOS DARBŪS



GRĮŽUS IŠ LAUKO

KITA HIGIENA:



ASMENS HIGIENA:
ŠVARI ODA,
PLAUKAI, NAGAI



BURNOS
HIGIENA



ŠVARŪS DRABUŽIAI,
AVALYNĖ



MAISTO HIGIENA