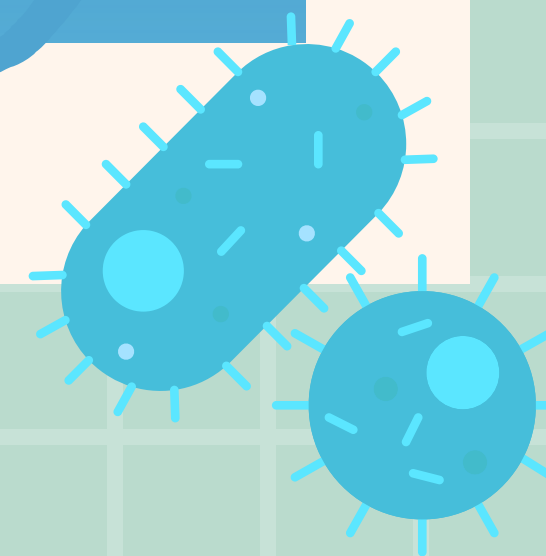
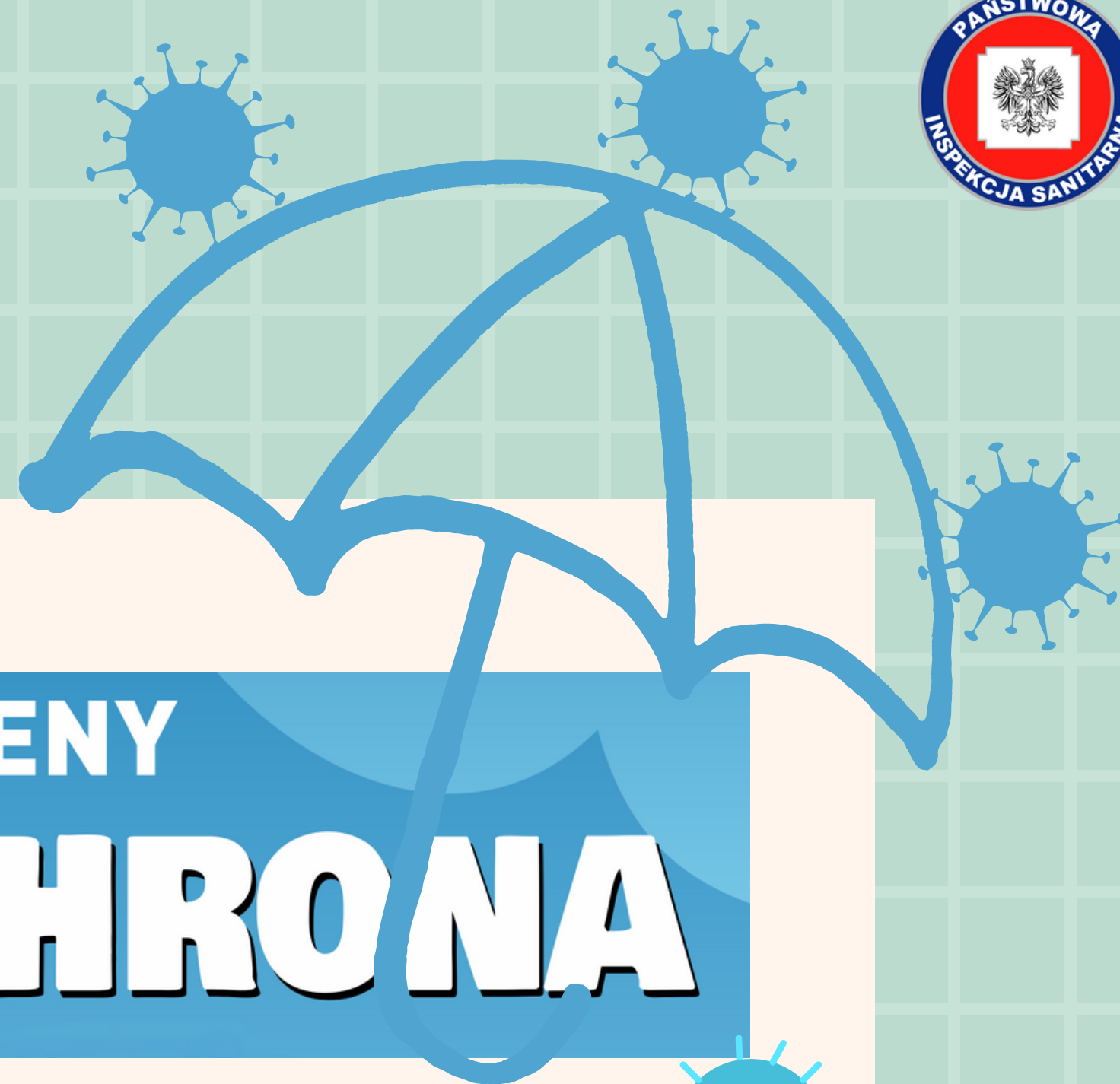




KLASOWA

#lekcjaHIGIENY

WIRUSOOCHRONA





**WITAJCIE
W SZKOLE!**

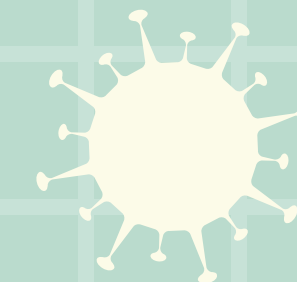



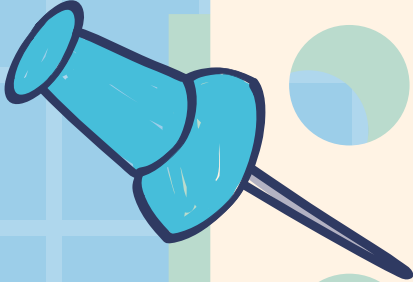
**ROZPOCZYNAMY
#LEKCJĘ HIGIENY**



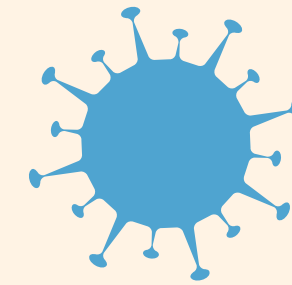
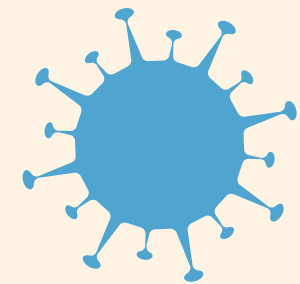
SZKOŁA MYCIA

RAK

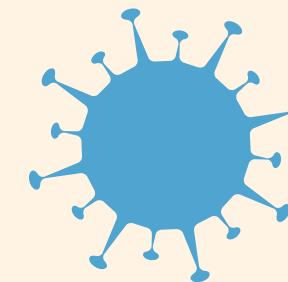
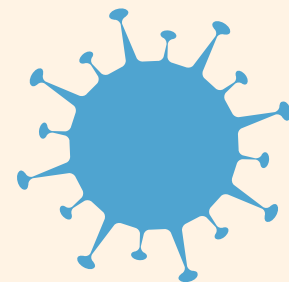




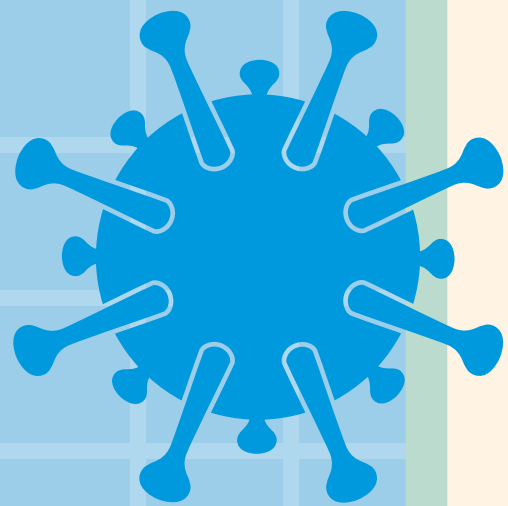
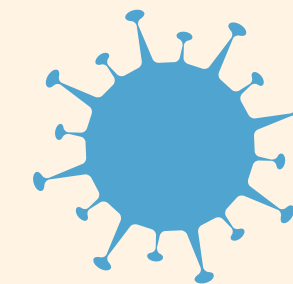
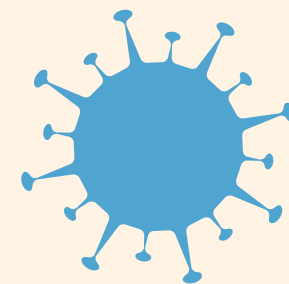
CZY WIESZ, ŻE...

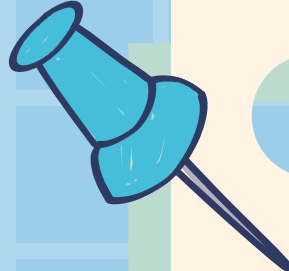


**w tej chwili na Twoich rękach
jest 5 milionów bakterii**

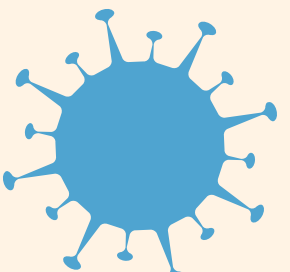
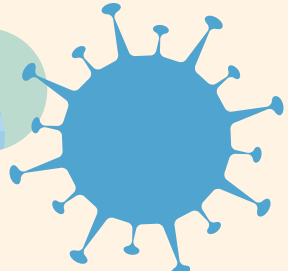


**wiele chorób jest przenoszonych
przez brudne ręce**





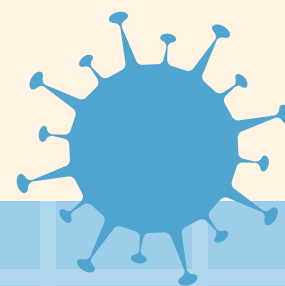
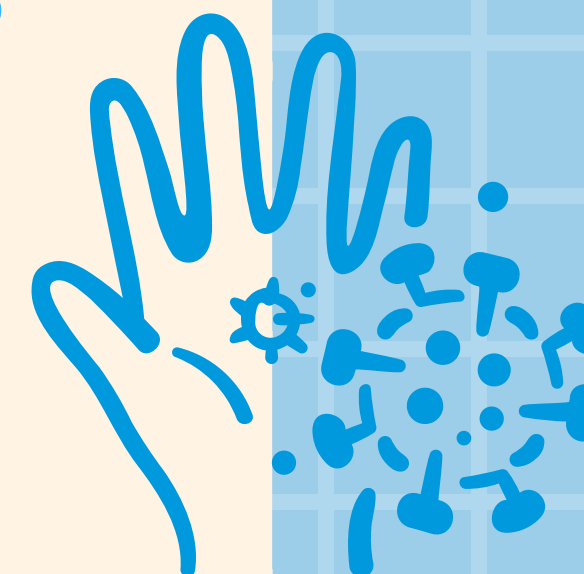
CZY WIESZ, ŻE...



**większość chorób układu pokarmowego
lub oddechowego to efekt niemycia rąk
lub nieprawidłowego mycia rąk**



**rękami dotykamy oczu, ust i nosa,
ale też różnych powierzchni,
przenosząc bakterie i wirusy**




Dlatego warto myć ręce!

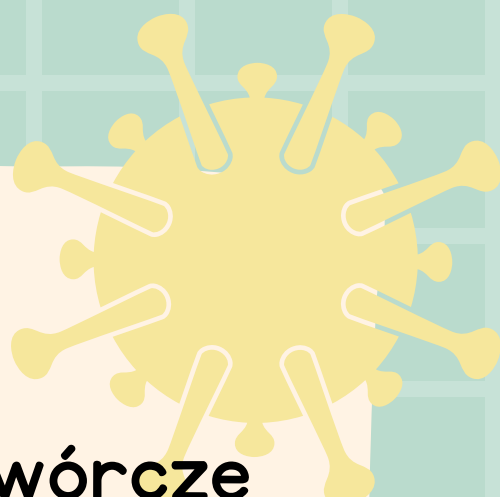




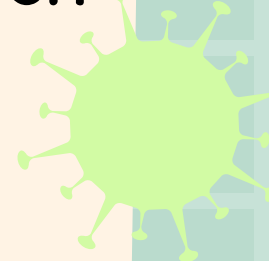
Kilka definicji



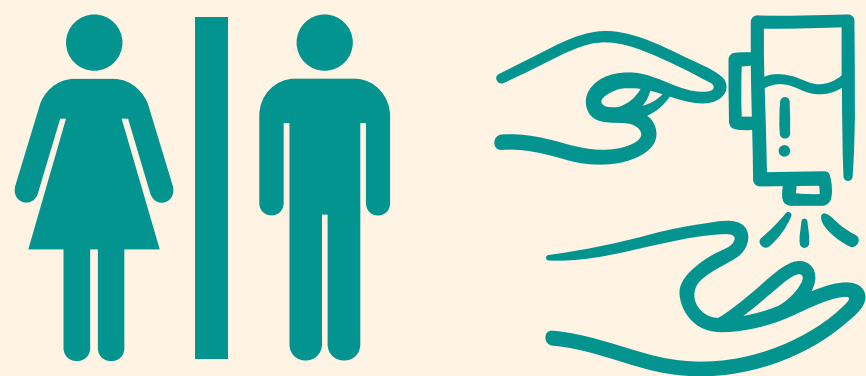
Mycie rąk jest czynnością higieniczną czyszczenia rąk, najczęściej przy użyciu wody i mydła w celu usunięcia brudu i drobnoustrojów z powierzchni skóry.



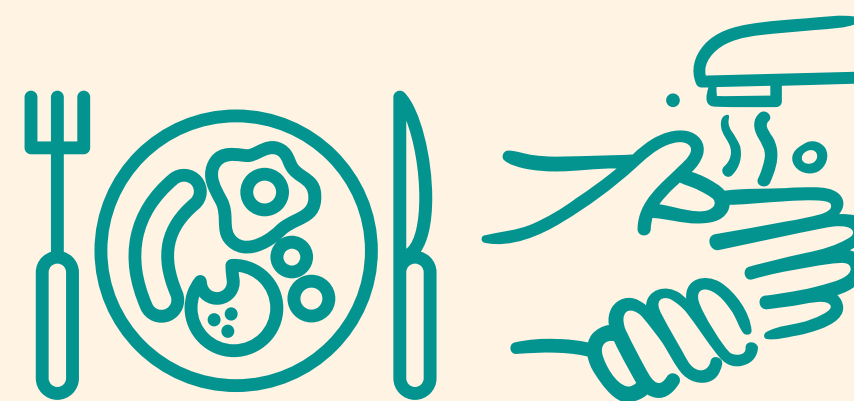
Drobnoustroje to organizmy chorobotwórcze o mikroskopijnej wielkości, których nie jesteśmy w stanie dostrzec gołym okiem np. bakterie, wirusy



KIEDY TRZEBA MYĆ RĘCE?



po wyjściu
z toalety

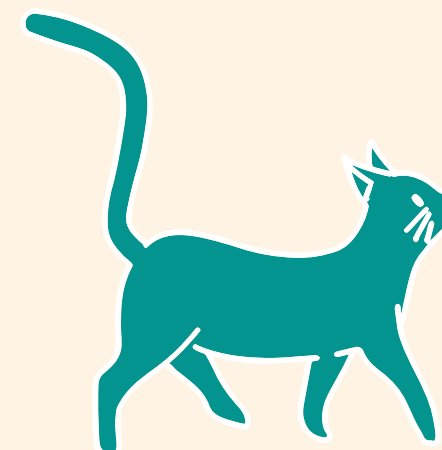


przed każdym
posiłkiem

KIEDY TRZEBA MYĆ RĘCE?



po wizycie
w sklepie



po zabawie
ze zwierzętami

KIEDY TRZEBA MYĆ RĘCE?



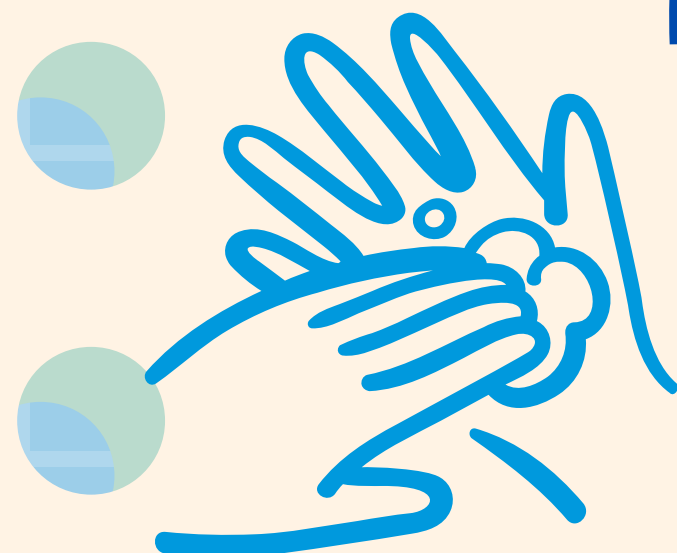
po zabawie
na placu zabaw

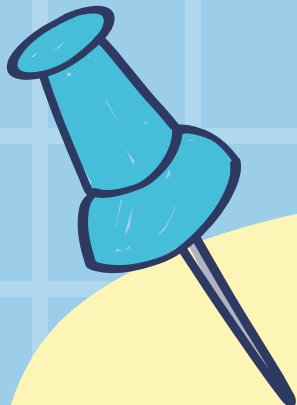


po powrocie
do domu np. ze szkoły



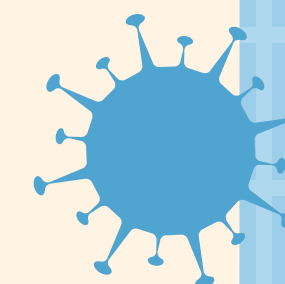
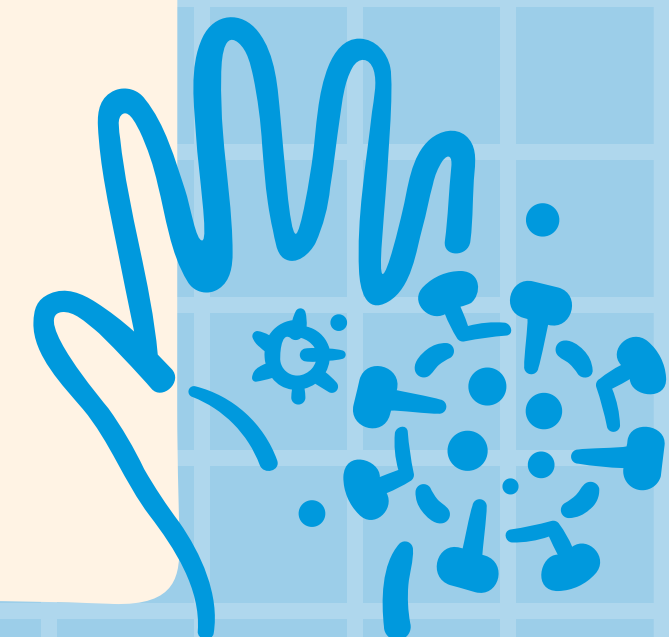
JAK PRAWIDŁOWO MYĆ RĘCE?

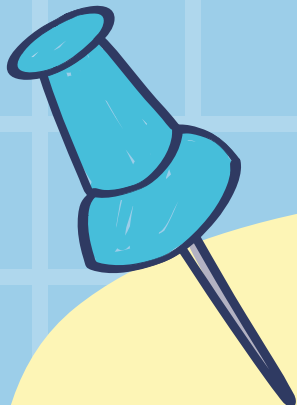




KROK I

zwilż ręce ciepłą wodą



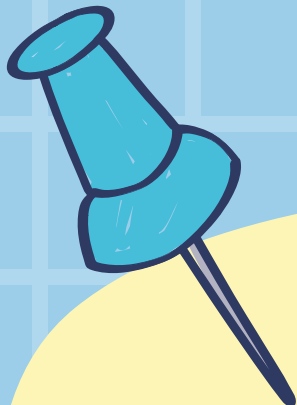


KROK II



nałóż mydło tak, aby pokryło całe ręce,
wyczyść wszystkie miejsca, nie omijaj kciuków



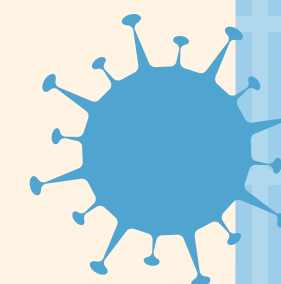


KROK III

myj ręce

30 sekund

to minimalny czas, który powinniśmy
poświęcić na dokładne umycie rąk





KROK IV



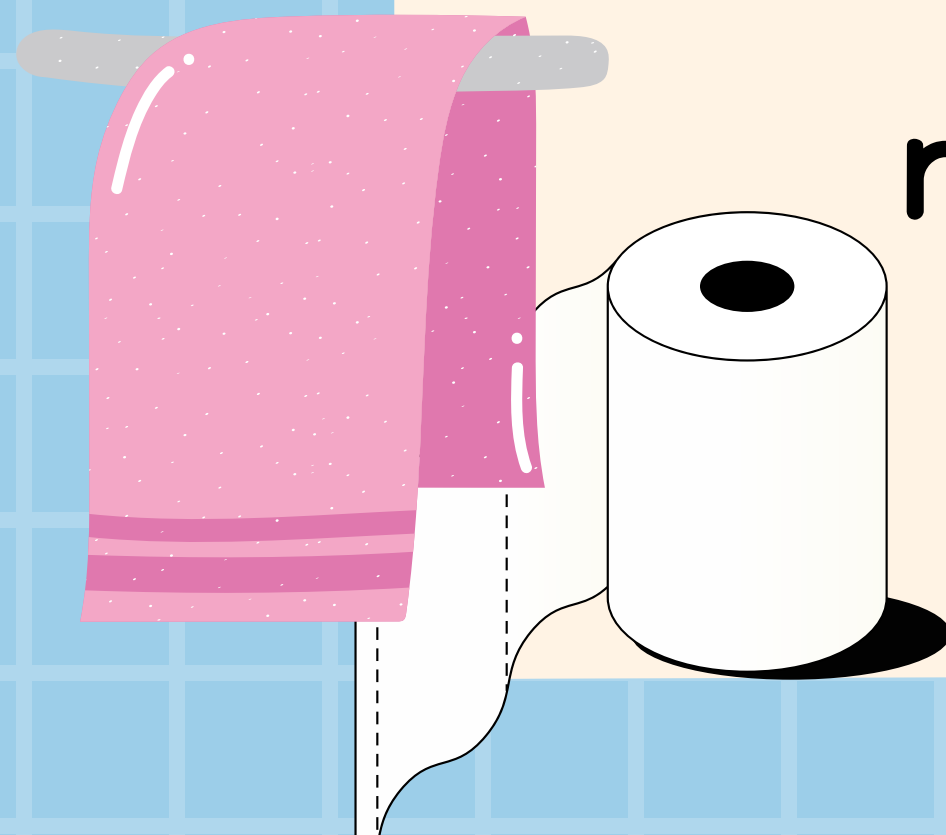
splucz ręce czystą wodą





KROK V

starannie osusz ręce
ręcznikiem aż będą suche



BŁĘDY PODCZAS MYCIA RĄK

- 1 myjemy za szybko
- 2 nie myjemy wszystkich miejsc na rękach
- 3 nie stosujemy mydła
- 4 nie wycieramy rąk do sucha



Czy macie jakieś pytania?



Opracowanie:

Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Katowicach

www.gov.pl/wsse-katowice/