





FRISK I BARNEHAGEN

VELKOMMEN TIL ANTIBAC HYGIENEKONSEPT

God håndhygiene er det viktigste tiltaket ved bekjempelse av smitte i hverdagen.

Barnehagebarn leker tett og er utsatt for mer infeksjoner enn barn som ikke går i barnehage. For trivsel, velvære og stabil tilstedeværelse kan det være mye å hente på å arbeide med rutinene for håndhygiene i barnehagene. I tillegg er det viktig at de ansatte har fokus på hygiene i hverdagen spesielt i forbindelse med bad/wc, kjøkken, spiseplass og tørking av snørrete neser.

Få en friskere barnehagehverdag - stopp smitten!

Det kan være lurt å definere en periode på f.eks. en måned hvor man har ekstra fokus på temaet hygiene og lage en plan for ulike aktiviteter.

- Først må de ansatte involveres og få opplæring. Vi har laget en kortfattet basal hygieneopplæring som kan brukes. Gjennomlesing av denne tar ca 10-15 minutter. Opplæring for barnehage-ansatte kan lastes ned på www.kiilto.no.
- Foreldrene bør motta informasjon om at barnehagen skal ha fokus på hygiene. Forslag til skriv som kan sendes til foreldrene kan også lastes ned fra vår nettside.
- I løpet av fokusperioden skal barna involveres og lære seg viktigheten av god håndhygiene. Materialet i denne mappen er laget slik at man kan velge mellom ulike tilnærminger for eksempel ulike dager.



Lese eventyr

En dag kan man **lese eventyret**. Neste dag kan man diskutere opplæringsplansjene med spørsmål til diskusjon. Denne mappen er laget slik at det er en side som barna kan se på og en bakside med tekst som kan brukes av den ansatte til diskusjonen med dem.

Det kan være lurt å **repetere eventyret** og opplæringsplansjene etter et par dager.



Håndvask

Neste dag kan man gjøre en **morsom aktivitet ved vasken**. La barna gni fingermaling utover hendene sine. Deretter skal de vaske hendene slik de pleier og se om all malingen går bort. Kan det gjemme seg bakterier der det fortsatt er maling?

Håndvaskesangen kan brukes for å gjøre det morsomt for barna å vaske hender og for å huske hvordan det skal gjøres.



Bakteriejakt

En morsom aktivitet kan være å lage en **bakteriejakt**. Bruk noe dere har i barnehagen som kan symbolisere bakterier, for eksempel Post It-lapper. Fest eller gjem disse på steder dere mener at det kan finnes bakterier. Det kan for eksempel være spisebord, dørhåndtak, leker, lysbryter, sko, klær, hår og hender. Ett eller flere barn velges ut til å forsøke å finne så mange lapper som mulig. Voksne eller kamerater kan hjelpe til med hint. Lag gjerne egne varianter av denne leken.



Husk å fortsette med de gode vanene etter at fokusperioden er forbi. Det kan være lurt å hente frem mappen en gang i blant for oppfriskning.

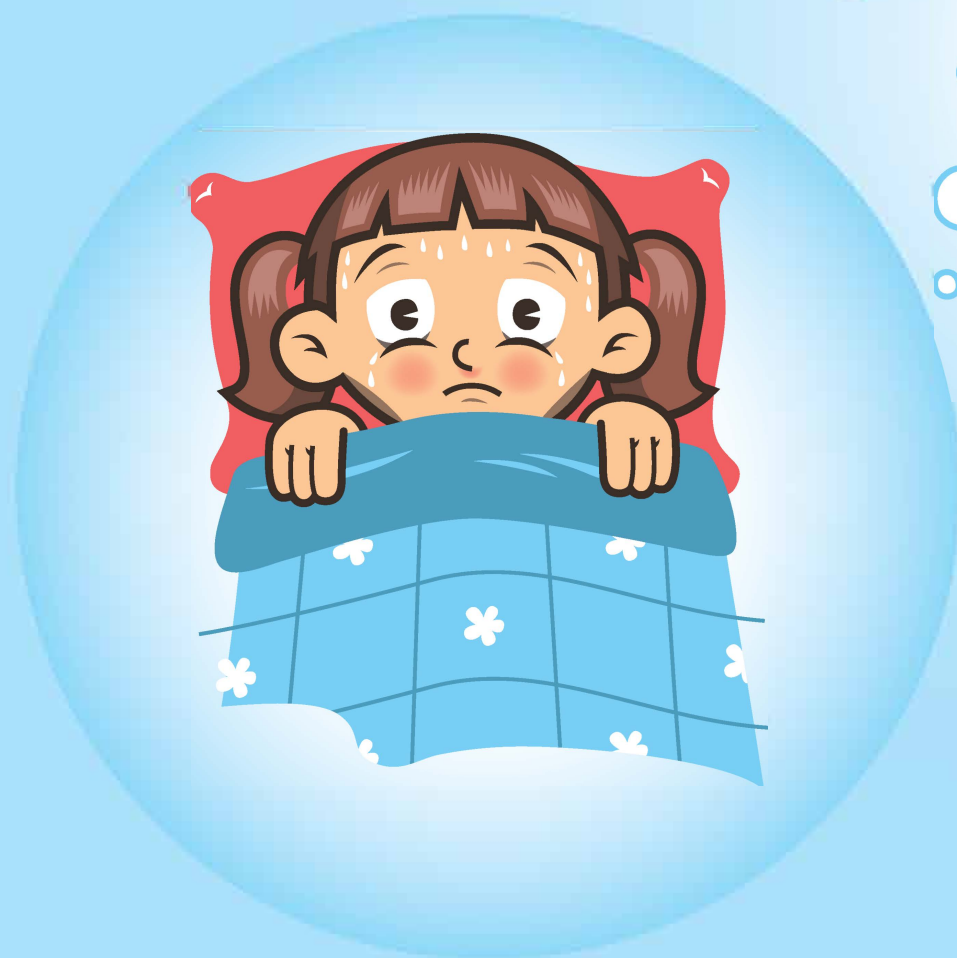
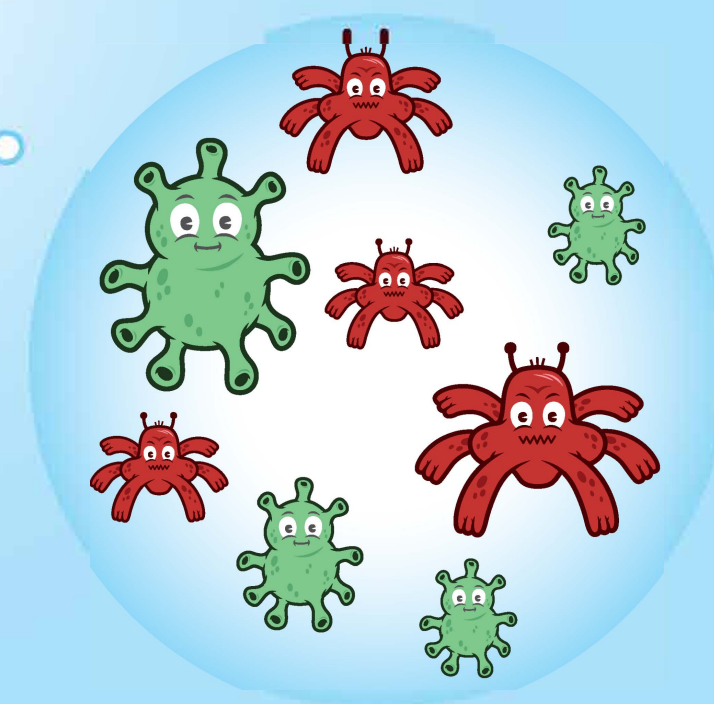
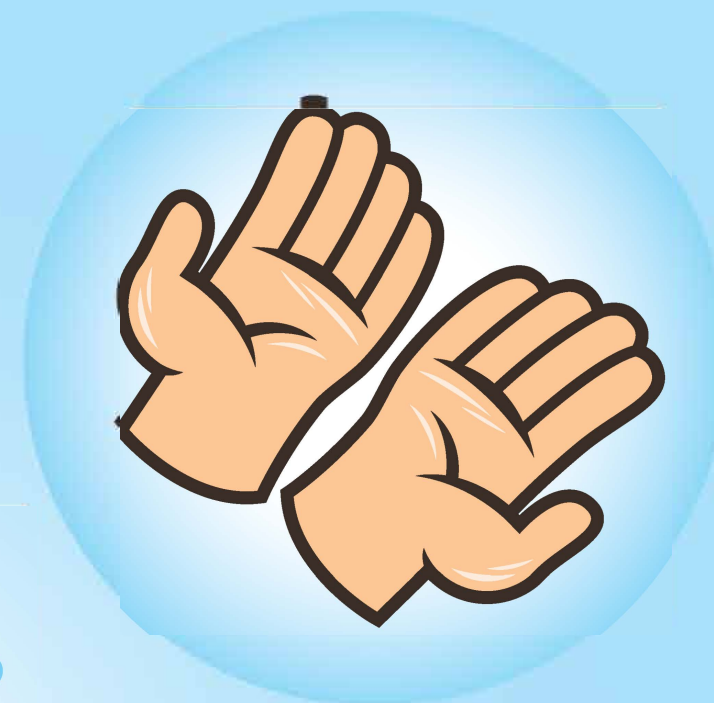
Lykke til!

Send oss gjerne deres erfaringer, positive og negative.



Quiz og diplom

På siste siden av opplæringsplansjene finner dere en kort **Quiz**. Denne er tenkt at kan brukes i plenum. Gjennomføres gjerne etter at barna har hatt fokus på hygiene en periode da de vil forstå mer etterhvert. Hvis dere definerer en periode, kan dere kjøre Quiz og **utdeling av diplomer** (kan lastes ned på nettsiden vår) som en avslutning av perioden. Oppfordre barna til å lære videre til familie og venner det de har lært.

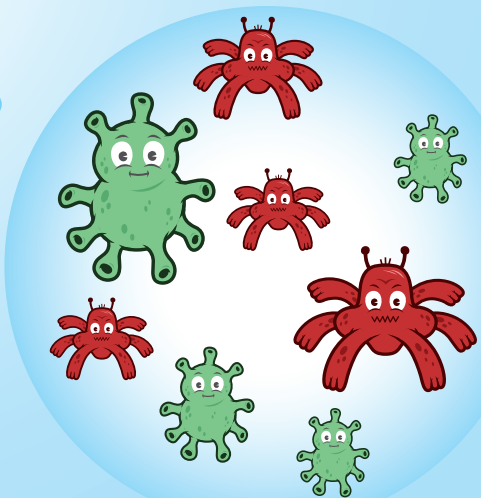


HVORFOR SKAL VI VASKE HENDENE VÅRE?

For å få dem rene



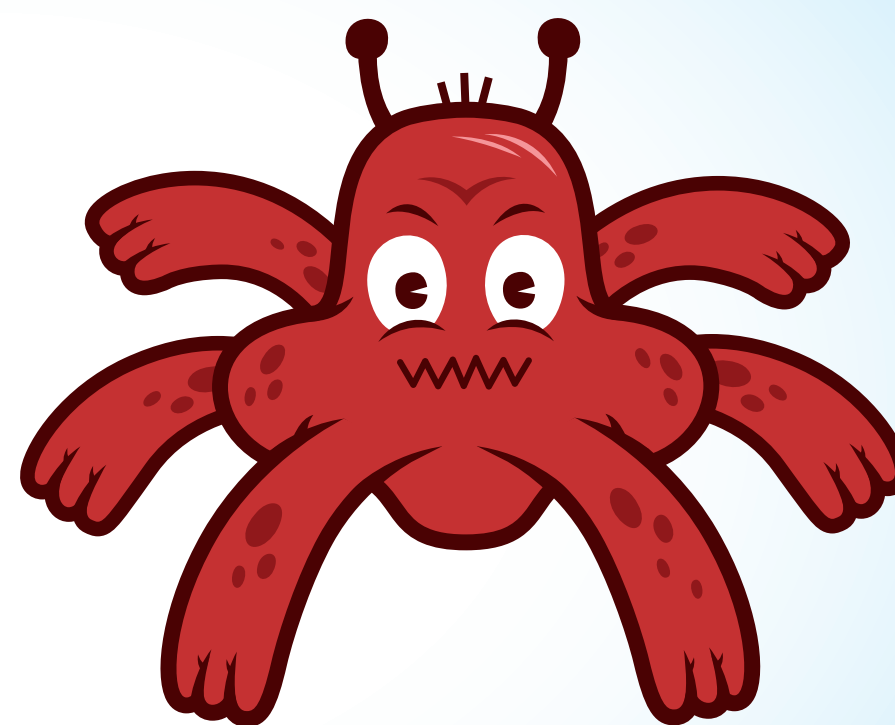
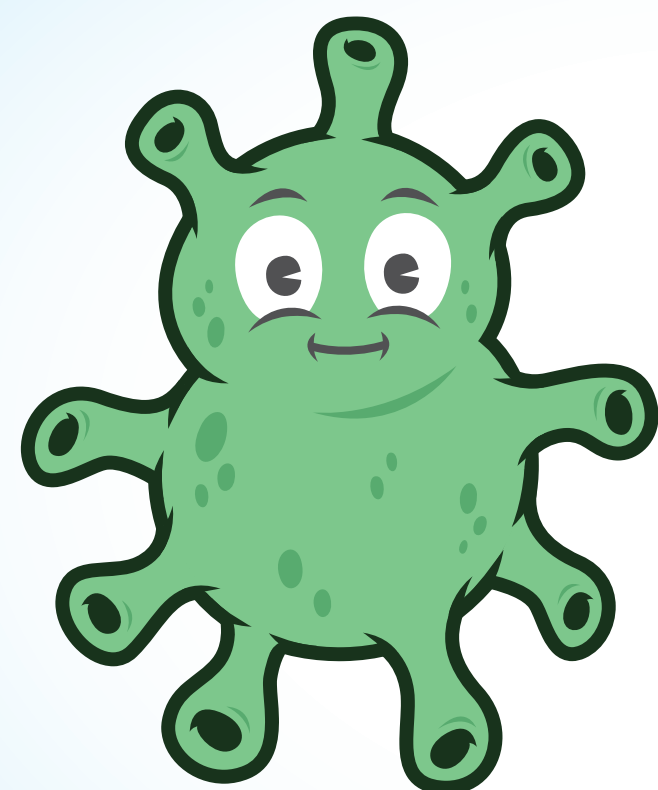
For å fjerne skitt



For å fjerne bakterier fra hendene

For ikke å bli syk





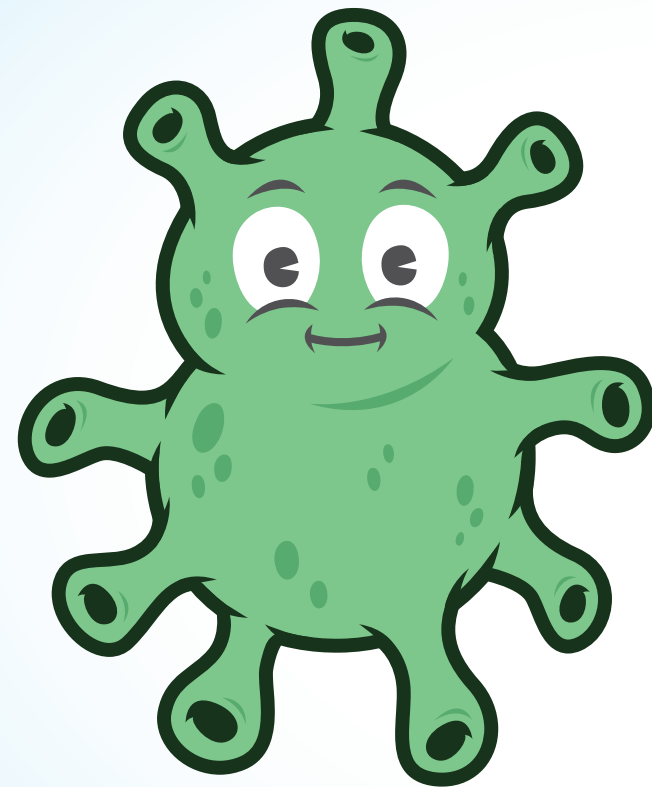
HVA ER BAKTERIER?

De kan ikke sees

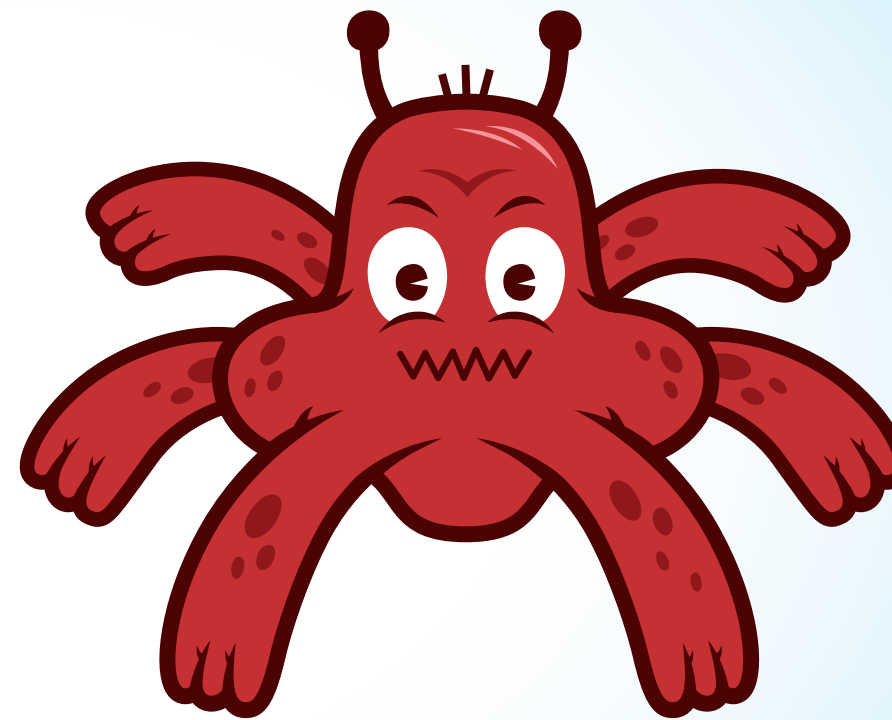
Noen holder oss friske

Små levende organismer

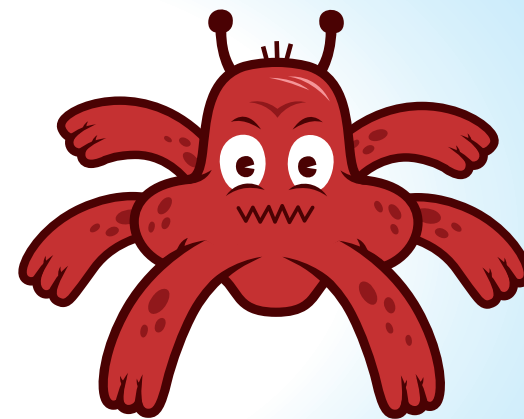
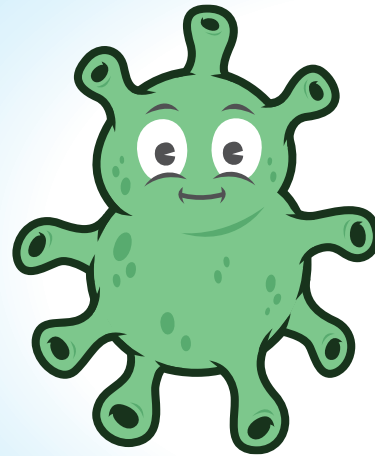
Andre gjør oss syke



SMUSSE



SMITTE



HVOR FINNER VI BAKTERIER?

På kroppen vår

I kroppen vår



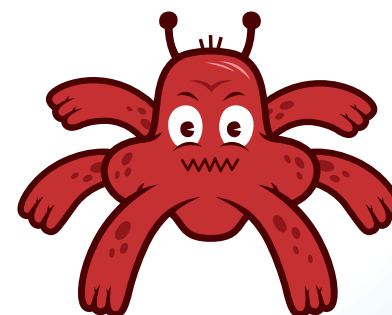
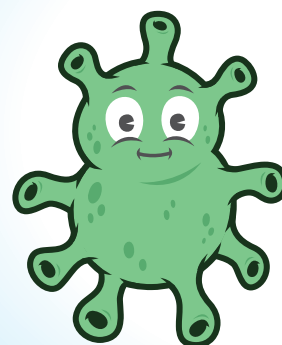
I håret vårt



I mat og vann



På kjeledyrene våre



I skitt og støv



Bakterier kommer på hendene våre når vi kommer i kontakt med alle disse tingene.

I tillegg på
blant annet:

- Leker
- Dørhåndtak
- Toalettet
- Vannkranen
- Spisebordet



HVORFOR KAN BAKTERIER GJØRE OSS SYKE?



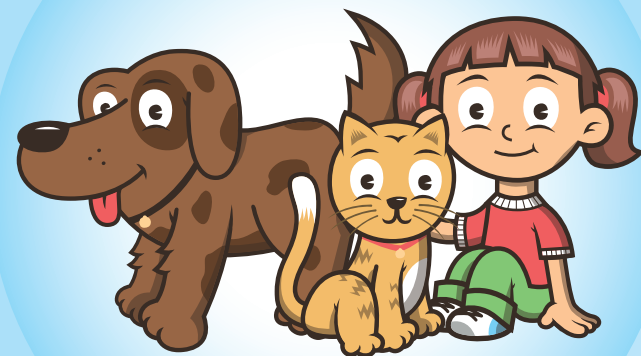
Vi har spist dem



Vi har pustet dem inn

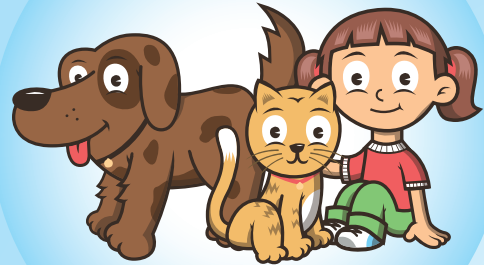


Vi har rørt ved dem



HVOR OG NÅR BØR VI VASKE HENDENE VÅRE?

Etter at du har
rørt ved et dyr



Før du spiser
og drikker



Etter at du har hostet,
nyst eller pusset nesen



Etter å ha lekt ute



Sang Rene Hender:
(Mel. Mikkel Rev).

**Rene hender
vil vi ha
da må vi vaske hender
ved dobesøk
og utelek
og alltid før vi spiser,
(vi er jo ikke griser...)**

Etter toalettbesøk



Før og etter du har hjulpet til i kjøkkenet



HVORDAN VASKER MAN HENDENE?

Skyll hendene med vann



Ha såpe på hendene



Vask hendene godt rundt hele hånden og mellom fingrene med såpe og vann



Skyll hendene godt med vann



Tørk hendene med håndtørkepapir



Skrú av vannkranen med håndklepapiet

Sang Vaske Hender:
(Mel. Mikkel Rev).

**Først litt vann
såpe på
gni nå så det skummer
skikkelig
rundt fingre ti
skyl bort alt – så tørketid!
(– Nå roper alle jippi!)**



HVA VIL DU SI TIL ANDRE FOR Å FÅ DE TIL Å VASKE HENDER?

(Diskuter med barna og oppsummer)



Quiz:

Still spørsmålene høyt.
Barna svarer med Ja/Nei

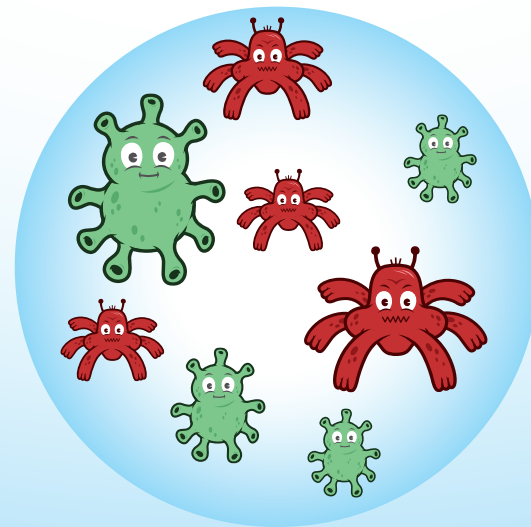
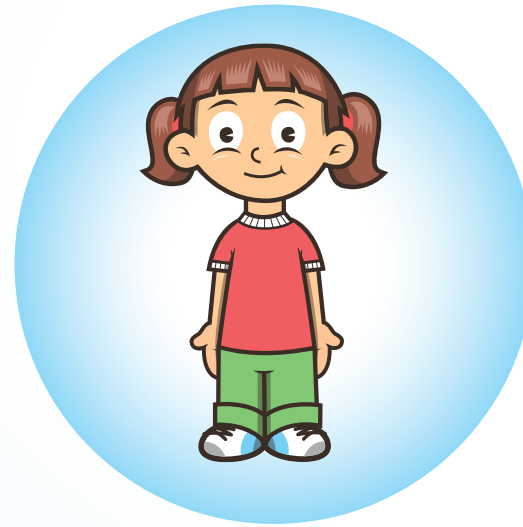
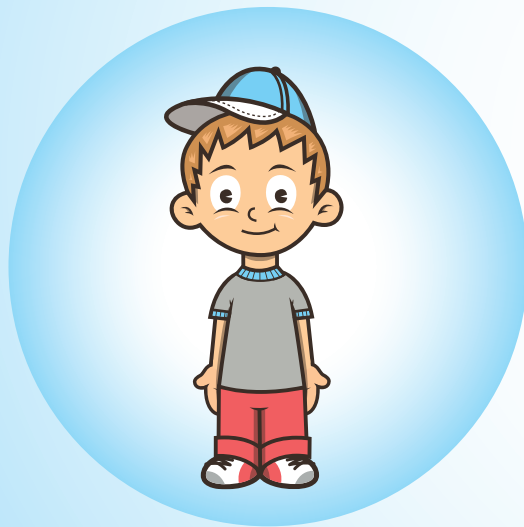
Vet dere hvorfor det er viktig å vaske hender?

Vet dere hvor bakteriene finnes?

Vet dere at bakterier kan gjøre oss syke?

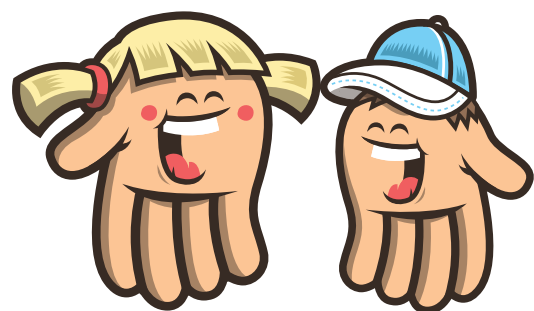
Vet dere hvordan dere skal vaske hender?

Forhåpentligvis roper alle JA i kor på alle spørsmålene, evt repeter nødvendige punkter og still spørsmålene på nytt.



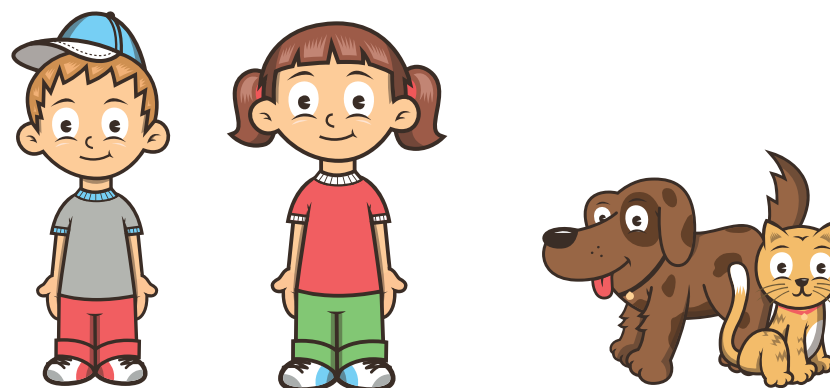
Eventyret om Hendi og Handy som skulle spise favorittmatpakken sin

Det var en gang to søte og små
hender som het Hendi og Handy.



De var som hender flest veldig
flinke til å gjøre alt de trengte
å gjøre i løpet av en dag.

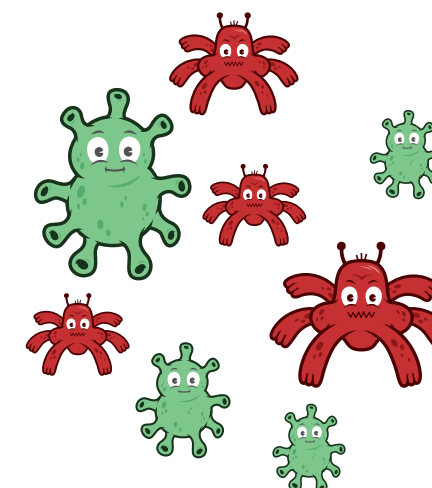
Hendi og Handy hadde alltid mye
å gjøre og traff mange morsomme
leker, dyr og barn.

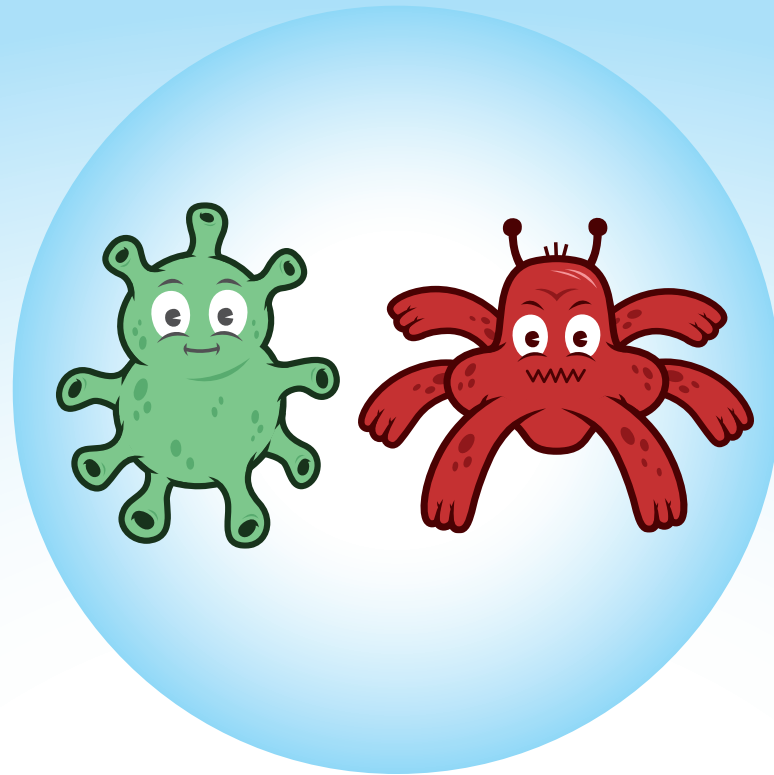


I tillegg var de glad i å spise.
Aller best likte de
deilig brød med
brunost på.

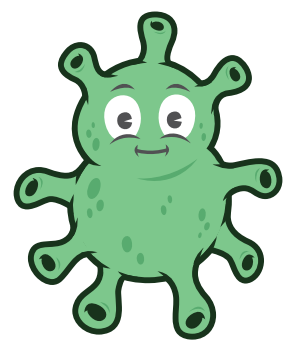


En dag de satt og spiste
favorittmatpakken sin oppdaget
de noen små bakterier på hendene
sine: Smitte, Smusse og familiene
deres...

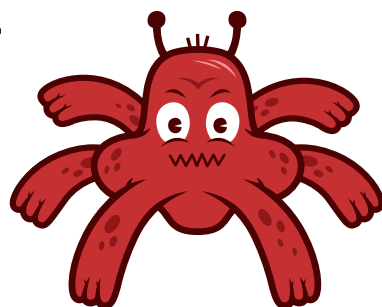




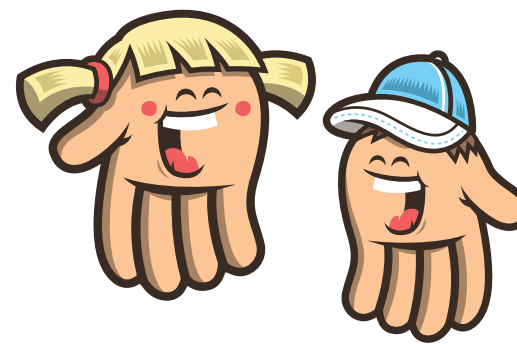
Smitte og Smusse var to små aktive krabater som var så små at de ikke var mulig å se med vanlige øyne, men Hendi og Handy hadde spesial-super-syn, og kunne få øye på selv bitte-bitte-små ting, så de fikk øye på Smitte og Smusse. Smitte og Smusse var to små bakterier som levde i huden til Hendi og Handy sammen med familiene sine. Smusse og



familien hans var snille og gode bakterier som hjalp til å holde Hendi og Handy friske, mens Smitte og familien hans var rampete og ikke så snille bakterier som kunne gjøre Hendi og Handy syke.



Uff, hva skal vi gjøre nå! utbrøt Hendi og Handy.



Vi vil jo ikke bli syke! Det er jo ikke noe gøy å ligge hjemme slapp, syk og sliten hele dagen mens alle andre leker og har det gøy... De to, gode vennene tenkte så det knakte...



Hvor kommer egentlig bakterier fra? spurte Hendi. De kommer fra alt vi har rundt oss, svarte Handy, noen bakterier lever i huden vår, Smusse er en slik, den er ikke farlig, men passer på at vi holder oss friske.



Smitte derimot, kan finnes på doer, på dyr, på leker, på dørhåndtaket og mange, mange andre steder.

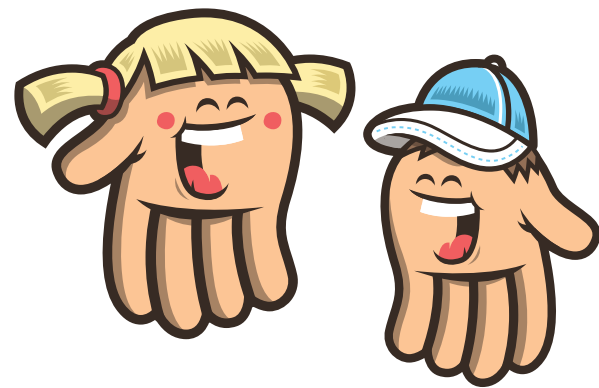
Den kommer fra noen som er smittet og bærer med seg bakterien. Den som er smittet kan ha hostet ut bakteriene i luften og da lander de på hender, klær, spisebordet og mange andre steder, og så tar man de med seg videre til alt man rører ved.



Huff! Så skummelt, sa Hendi. Ja, men det må jo være noe vi kan gjøre for at vi ikke skal bli syke, sa Handy.



Hendi tenkte litt på dette så sa hun: Hva om vi vasker hendene, da får vi ikke noen bakterier i munnen og blir syke! Og ikke kan de bli med oss til leker, dørhåndtak og lekekameratene våre heller. Ja, vi må vaske dem bort! Utbrøt de i kor.



De syntes de var en veldig god idé, så de løp rett til vasken for å vaske hendene sine fri for de bitte-bitte små bakteriene.

De sang en liten sang mens de vasket hendene for å være sikre på å vaske hendene riktig:

(mel: Mikkel Rev)

**Først litt vann
såpe på
gni nå så det skummer
skikkelig
rundt fingre ti
Skyll bort alt
– så tørketid!
- Nå roper alle jippi!**



Det var jammen lurt å vaske hendene, så vi fjerner Smitte og Smusse! Sa Hendi. Men vi kan vel ikke vaske hendene hver gang vi har tatt på noe, lurte Handy. Nei, da ville vi jo stå å vaske hendene hele dagen, svarte Hendi.

Det viktigste er å vaske hender når vi har vært på do, lekt ute og før vi skal spise, ble de enige om. Så gikk de tilbake til bordet med rene fine hender og spiste matpakkene sine og smilte og koste seg.



Tilslutt sang de en liten sang:
(mel: Mikkel Rev)

**Rene hender
vil vi ha
da må vi vaske hender
ved dobesøk
og utelek
og alltid før vi spiser,
(vi er jo ikke griser...)**