

Παρακάτω θα βρείτε διαφορετικά σετ εικόνων, με τον τρόπο που πλένουμε τα χέρια μας.

Μπορείτε:

1. Να εκτυπώσετε τις εικόνες, που ταιριάζουν περισσότερο στο παιδί σας
 2. Να τις πλαστικοποιήσετε
 3. Να τις τοποθετήσετε στον τοίχο του μπάνιου, κοντά στο νιπτήρα
- × Με τον δικό σας τρόπο εξηγήστε στο παιδί τα «βήματα».
 - × Δημιουργήστε μια ρουτίνα. Όταν ξυπνάμε το πρωί, πριν το φαγητό, μετά από μια δραστηριότητα, όταν επιστρέφουμε από το σχολείο ή τη βόλτα.

*Όσο πιο συχνά, όσο πιο διασκεδαστικά
...τόσο καλύτερα!!*



1

Πως να πλύνεις σωστά τα χέρια σου σε **5 ΑΠΛΑ ΒΗΜΑΤΑ**

ΞΕΚΙΝΑ!



Άνοιξε τη βρύση
και βάλε τα χεράκια
σου κάτω από το
τρεχούμενο
νερό.



Πάρε αρκετή ποσότητα
Υγρού κρεμοσάπουνου
Dettol, πατώντας την
αντλία.



Κάνε μπόλικη
σαπουνάδα και τρίψε
καλά τα χέρια σου.



Ξέπλυσε τα χέρια σου
πολύ καλά κάτω από
τρεχούμενο νερό.



Στέγνωσέ
τα με μια
καθαρή πετσέτα.

ΤΕΛΕΙΩΣΕΣ!

Μπράβο!
Τώρα τα χεράκια σου
είναι πεντακάθαρα.

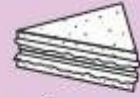
2

ΜΗΝ ΑΦΗΣΕΙΣ ΤΑ ΒΑΚΤΗΡΙΑ ΝΑ ΕΞΑΠΛΩΘΟΥΝ

Μην ξεχνάς! Πάντα πλένουμε τα χέρια:



Μόλις μπούμε
στο σπίτι



Πριν φάμε και πριν
ετοιμάσουμε το φαγητό



Αφού επισκεφτούμε
την τουαλέτα



Μετά από παιχνίδι
με κατοικίδια



Όταν εμείς ή
κάποιος άλλος
από την
οικογένεια είναι
άρρωστος

3

ΠΡΟΦΥΛΑΞΟΥ! ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ

Πάντα να
χρησιμοποιείς
χαρτομάντηλο όταν
φτερνίζεις και να
θυμάσαι να πλένεις
τα χέρια σου
αμέσως!

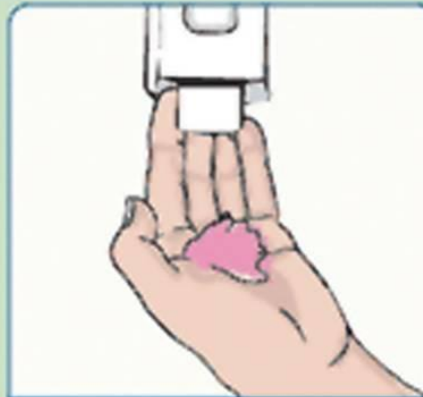




ΑΠΑΛΛΑΞΟΥ ΑΠΟ ΤΑ ΜΙΚΡΟΒΙΑ ΜΕ ΤΟ ΠΛΥΣΙΜΟ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ!



1 Βρέξε τα χέρια σου



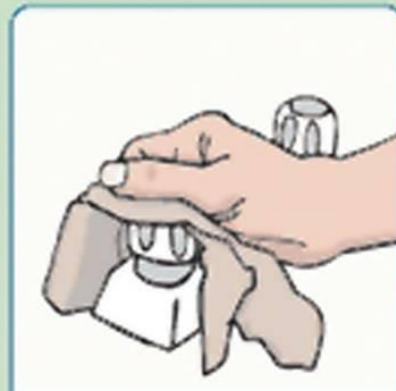
2 Βάλε σαπούνι



3 Σαπουνίσε καλά-20 δευτερόλεπτα



4 Ξέπλυνε-10 δευτ.



5 Κλείσε τη βρύση



6 Στέγνωσε τα χέρια σου

ΜΗΝ ΞΕΧΑΣΕΙΣ ΝΑ ΠΛΥΝΕΙΣ ΚΑΛΑ:

- Ανάμεσα στα δάκτυλα
- Κάτω από τα νύχια
- Τις άκριες των δακτύλων

ΤΜΗΜΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ

Πλένω τα χέρια μου.



Ανοίγω τη βρύση.



Βάζω κρεμοσάπουνο.



Σαπουνίζω τα χέρια μου.



Ξεπλένω με νερό.



Κλείνω τη βρύση.



Σκουπίζω τα χέρια μου.