

Советы

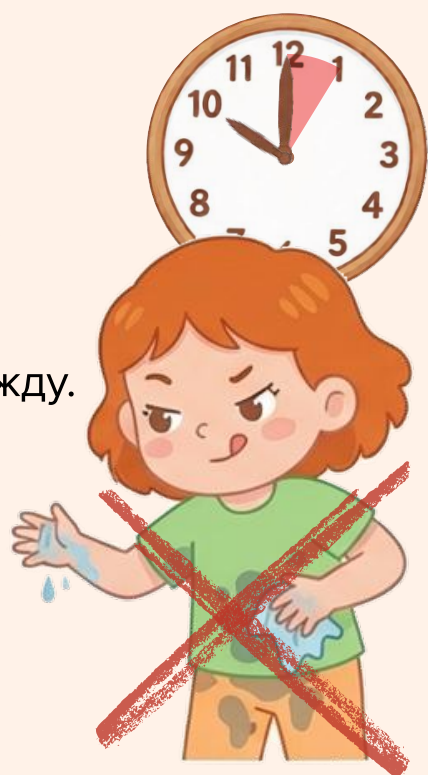
Советы для взрослых:

- показывайте пример — мойте руки вместе с ребенком;
- используйте жидкое мыло с дозатором;
- вытирайте руки одноразовыми полотенцами;
- превратите процесс в игру: используйте считалку «Моем ручки чисто-чисто!» или песню «Водичка-водичка».



Чего нельзя делать при мытье рук:

- торопить ребенка;
- использовать взрослое мыло с резким запахом;
- забывать проверять температуру воды;
- разрешать вытирать руки об одежду.



Как мыть руки



Принципы и эффекты

Мытье рук – простой и эффективный способ защитить ребенка от инфекций.

Когда мыть руки:

- после прогулки;
- посещения туалета;
- перед едой;
- после контакта с животными;
- после кашля или чихания;
- после игр с общими игрушками.



Техника

Техника мытья рук для детей:

- включаем водичку;
- намыливаем руки с обеих сторон;
- трем ладошки: ладошка о ладошку – раз-два-три;
- пальцы в замок и трем-трем;
- моем большие пальцы, каждый пальчик по кругу;
- чистим ноготки, ногти о ладошки – чисто-чисто!
- ополаскиваем и вытираем насухо.

