

# Секреты здоровья



# Чистые ладошки



**Безопасность**

Что нужно знать о бактериях?

**Гигиена**

Как правильно  
мыть руки?



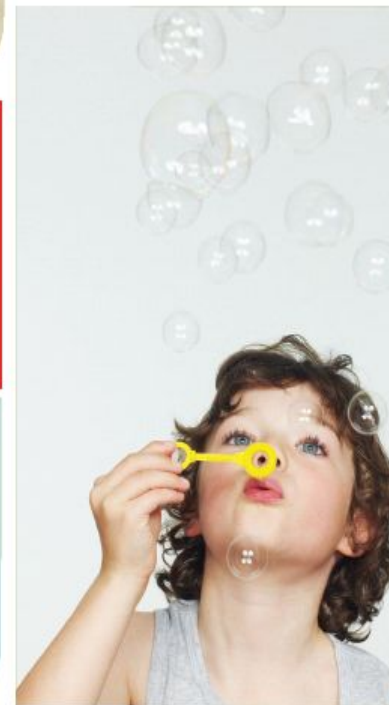
**Чистота**

Когда нужно мыть руки?



**Здоровье**

Зачем нужно мыть руки?





Что нужно знать о бактериях?  
Зачем и когда нужно мыть руки?  
Как правильно мыть руки?

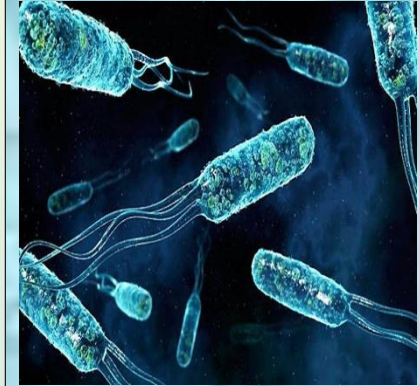
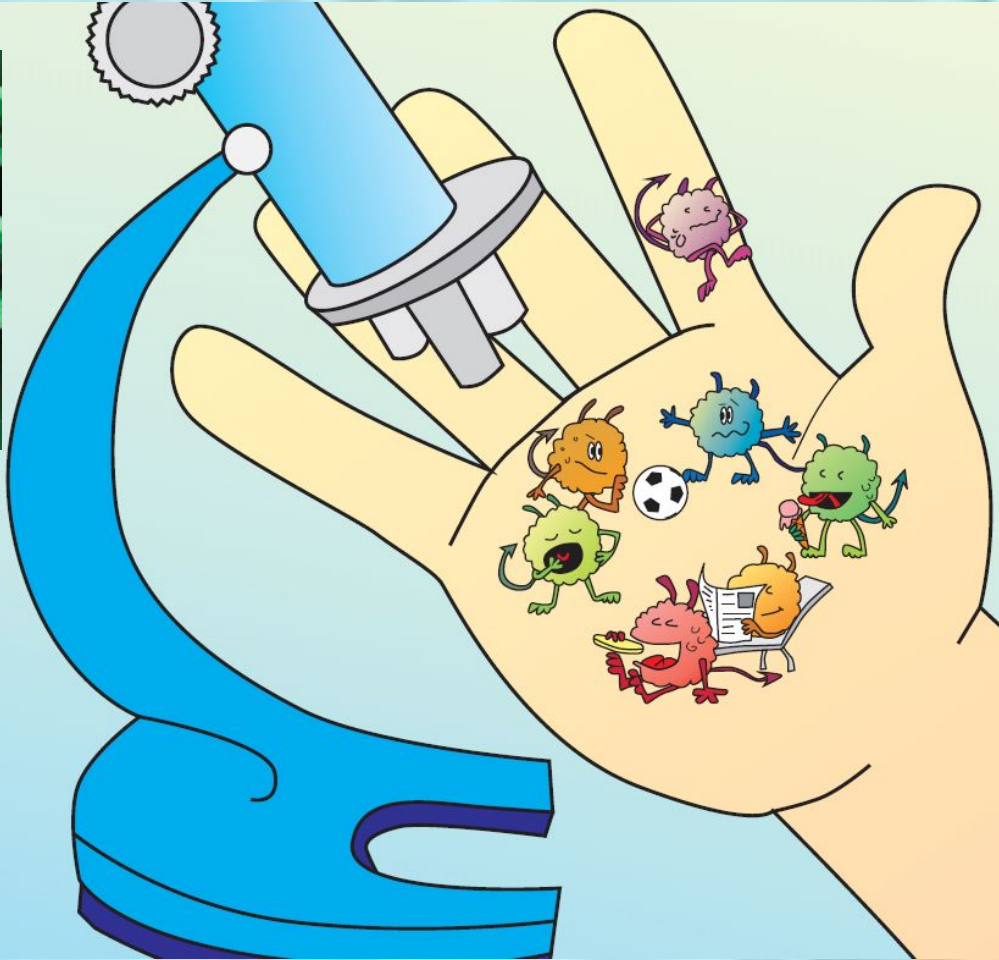
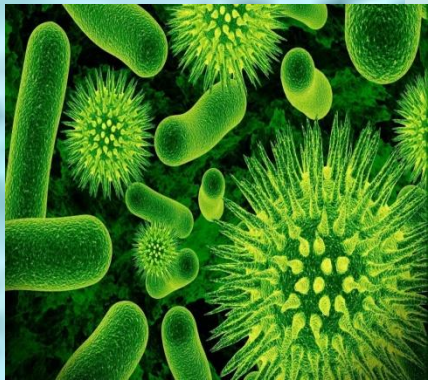


# Что такое бактерии?

Бактерии — это настолько крохотные живые организмы, что их невозможно увидеть без микроскопа. Из-за того, что они такие маленькие, мы не в состоянии понять, что они попали внутрь нашего организма. **Находясь у нас внутри, бактерии могут стать причиной различных болезней.** Например, из-за них начинает болеть горло или живот, появляется кашель и поднимается температура. И только почувствовав себя плохо, мы понимаем, что крошечные враги пробрались незамеченными в наш организм.



# Бактерии под микроскопом



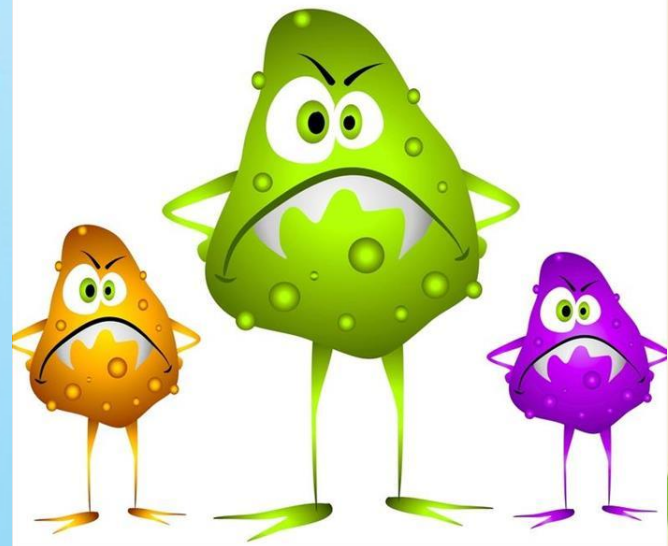
# Где живут бактерии?

- Бактерии живут везде: на полу, на столе, на одежде, на игрушках, в песочнице, на шерсти животных, на различных частях тела человека, в том числе и **на наших с вами руках.**
- На них находится особенно много бактерий, потому что мы всё время дотрагиваемся до разных вещей, а бактерии только и ждут момента, что перебраться на наши руки.
- Бактерии не любят быть одни, поэтому они собираются группами, и их количество очень быстро увеличивается.
- Они особенно любят мальчиков и девочек, которые не знают, что бактерии живут у них на ладошках и поэтому не прогоняют непрошенных гостей.

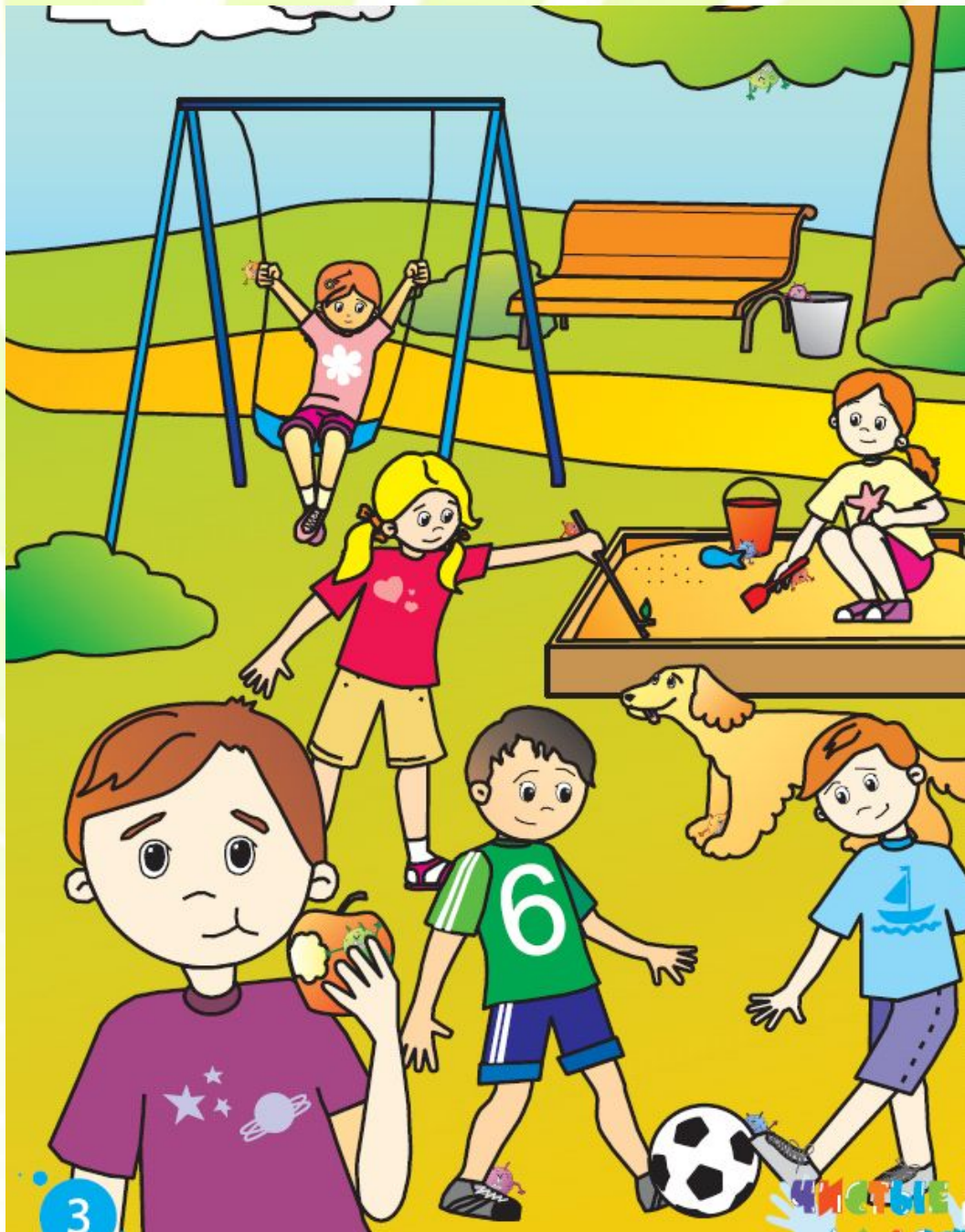
# Почему бактерии опасны?

- С ладошек бактерии легко могут попасть в ваш организм, например, если вы скушаете немытое яблоко или просто дотронетесь до рта грязными руками.
- Оказавшись в организме, они начинают выделять ядовитые вещества, из-за которых человек чувствует себя плохо.
- Разные виды бактерий вызывают разные болезни — одни «отвечают» за больные животики, другие за кашель, третьи, например, за насморк или сыпь на коже.
- Бактерии проникают внутрь человека **не только через рот, но и через нос и глаза!**
- Если на ладошках есть бактерии, а вы трогали рот или потерли нос или глаза, то может начаться насморк, заболеть горло или живот.
- **Поэтому нельзя дотрагиваться грязными руками до рта, носа и глаз, чтобы не заболеть!**

# КАК БАКТЕРИИ ПОПАДАЮТ В ОРГАНИЗМ





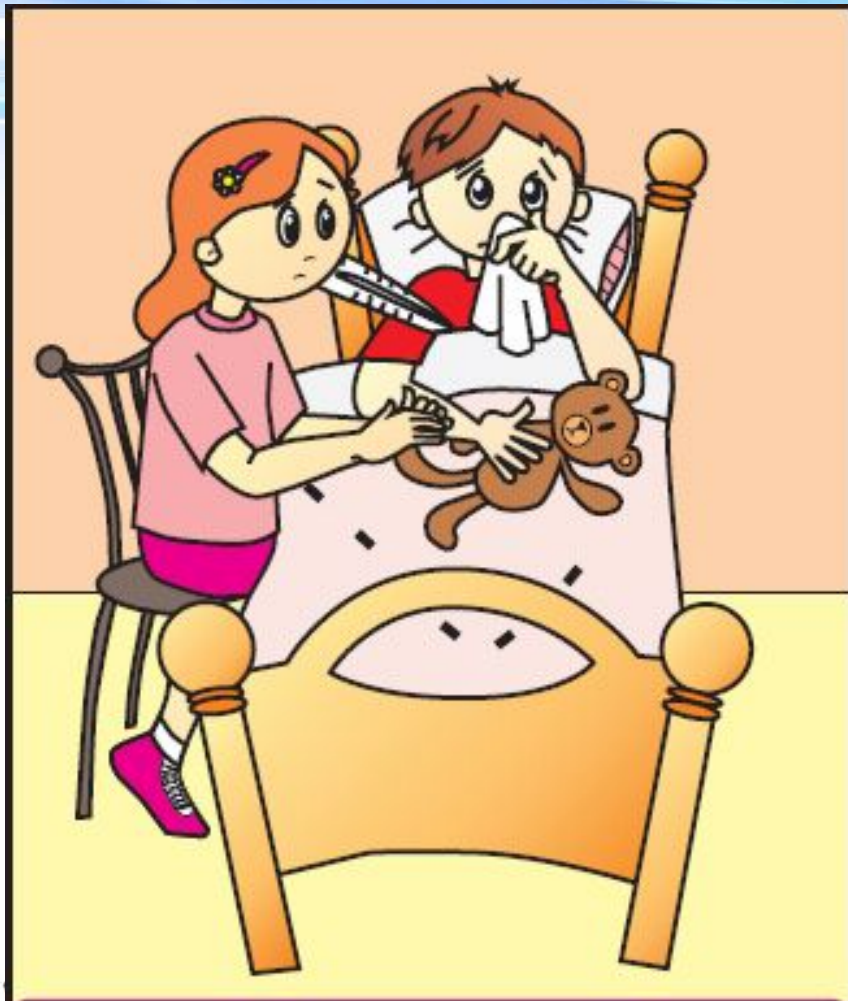


Найди  
спрятанных  
на детской  
площадке  
бактерий

# Не забывай мыть руки!



# Не забывай мыть руки!



Если вы находились рядом  
с больным человеком



После того, как вы сморкались,  
кашляли или чихали

# Не забывай мыть руки!



После прогулки и игр на улице



После общения с животными

# Не забывай мыть руки



Если вы трогали открытую рану или порез



Всегда, когда руки выглядят грязными

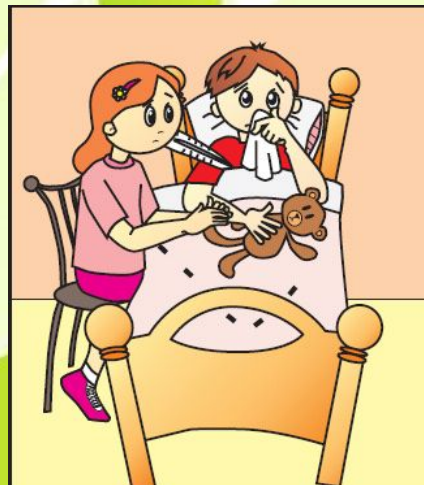
# Не забывайте мыть руки!



Перед едой



После посещения туалета



Если вы находились рядом с больным человеком



После того, как вы сморкались, кашляли или чихали



После прогулки и игр на улице



После общения с животными



Если вы трогали открытую рану или порез



Всегда, когда руки выглядят грязными

# Моем руки правильно!



Чтоб здоровыми нам быть,  
Надо ручки чаще мыть.  
Кран для этого откроем,  
Смочим теплой их водою,

Тщательно намылим  
Жидким пенным мылом.  
Трем ладошки друг о друга,  
Вымоем все пальчики -  
Это правило простое  
Для девочек и мальчиков.



# Моем руки правильно!



После ручки сполоснем,  
Смоем все бактерии.  
Пусть от нас они бегут  
Вместе с мыльной пеной.





# Моем руки правильно!



Полотенчиками ручки  
Высушим бумажными,  
Для ладошек очень вредно  
Остаться влажными,



# Моем руки правильно!



Тем же полотенчиком  
Мы закроем кран,  
Чтоб с него бактерии  
Не попали к нам.

# Моем руки правильно!





намочите руки  
теплой водой



нанесите мыло



тщательно  
вымойте руки



смойте пену



высушите руки  
бумажным полотенцем



закройте кран,  
используя полотенце

На какой картинке мальчик правильно моет руки?





Раскрасьте картину и помните, что бактерии попадают на ладошки с различных предметов, игрушек и от животных.

