



HYGIENE-GEWOHNHEITEN BEI KINDERN FÖRDERN

Hygiene im eigenen Zuhause



VORWORT

Liebe Eltern, liebe Familien,

im Rahmen des Programms „Gesund Detektive“ von Sagrotan erfährt Ihr Kind in der Schule gerade mehr über Bakterien, Viren & Co. - und wie es sich durch einfache Hygieneregeln vor krankmachenden Keimen in der Schule schützen kann.

Neben der Schule spielen aber auch der Schulweg und natürlich das Zuhause eine wichtige Rolle, wenn es darum geht, ein gutes Hygieneverhalten zu erlernen. Denn Keime und Co. übertragen sich über Menschen und Gegenstände. Eine gute Hygiene kann das Risiko von Infektionen verringern – und das kommt Ihnen und der Gesundheit Ihrer Familie zugute.

Wir möchten Sie hierbei unterstützen und Ihnen einige praktische Tipps geben, wie Sie das Hygieneverhalten in Ihrer Familie verbessern können und so einen wichtigen Beitrag für Ihre Gesundheit leisten können.

Das Programm für bessere Hygiene in Grundschulen

Einen Beitrag zu einem gesunden Familienleben leisten ist das Ziel des Schulprogramms „Gesund Detektive“. Hierfür wird Lehrer*innen an Grundschulen Unterrichtsmaterial bereitgestellt, mit dem sie den Kindern das Thema Hygiene, Viren und Bakterien spielerisch näherbringen können.

Kinder werden für das Thema Hygiene sensibilisiert und zum Beispiel durch Verständnis und mit Spaß für das regelmäßige und richtige Händewaschen begeistert. So wird für Schüler*innen ganz nebenbei eine gewisse Hygieneroutine zur Selbstverständlichkeit.

Viel Spaß beim spielerischen Entdecken!

Ihre Sagrotan Gesund Detektive und Mehr Zeit für Kinder e. V.

Mehr zum Programm „Gesund Detektive“ finden Sie im Internet unter:
www.sagrotan.de/gesunddetektive



HYGIENE ZUHAUSE

Die Einzigen, die sich in Ihrem Zuhause wohlfühlen sollten, sind Sie und Ihre Familie — und nicht etwa schädliche Viren und Bakterien.

TIPPS FÜR BESSERE HYGIENE

1. Schuhe ausziehen

Rund 400.000 Bakterien können an unseren Schuhsohlen kleben. Das ist zwar kein Grund zur Sorge, aber ein guter Grund, Schuhe nicht in der Wohnung zu tragen und Böden regelmäßig zu reinigen. Insbesondere, wenn Tiere mit im Haushalt leben. Denn schließlich ist der Boden ein gern genutzter Spielplatz für Kinder.

2. Kein Platz für Keime – Dinge, die Sie regelmäßig reinigen sollten:

- Türgriffe, Schrankgriffe und Lichtschalter — insb. im Kinderzimmer
- Fernbedienung, Computertastaturen, Joysticks und Kopfhörer
- Oberflächen von Tablets und Smartphones
- Esstisch und Kinder(hoch)stühle
- Schreibtisch im Kinderzimmer

3. Zahnbürste: 1, 2, 3, bye-bye

Spätestens alle drei Monate sollten Sie die Zahnbürste Ihrer Kinder wechseln. Hat Ihr Kind einen grippalen Infekt überstanden, ist ein sofortiger Wechsel empfohlen, um eine erneute Ansteckung zu vermeiden.



4. Gründlich Hände waschen

Ob vor dem Essen, nach einem Toilettenbesuch oder nach dem Streicheln von Tieren: Kinder müssen zum Händewaschen meist motiviert werden. Und dann sollen sie die Hände auch noch mindestens 20 Sekunden lang waschen, damit Viren und Bakterien weggespült werden. Tipp: Nutzen Sie zur Motivation den Kinderreim auf dieser Seite.

Händewaschen, aber richtig! – Gewusst, wie?

1. Mach deine Hände unter dem Wasserhahn richtig nass. Stelle den Wasserhahn danach ab.
2. Seife sie – von beiden Seiten und von unten bis oben – gründlich ein. Dabei auch die Daumen, Zwischenräume der Finger, Fingerkuppen und Fingernägel nicht vergessen.
3. Mindestens 20 bis 30 Sekunden solltest du dir für das Einseifen Zeit nehmen. Probiert in der Familie oder der Kita mit einem fröhlichen Lied oder Spruch aus, wie lange das eigentlich dauert.
4. Spül die Seife danach wieder gut mit fließendem Wasser ab.
5. Fertig? Nein, noch nicht ganz, denn zum Schluss trocknest du dir die Hände wieder mit einem sauberen Handtuch ab.

Gut gereimt

Üben Sie mit Ihrem Kind zur Motivation den kleinen Reim:

**Nach dem Spielen,
vor dem Essen
Händewaschen
nicht vergessen.**

HYGIENE BEI SCHUL- UND KINDERSACHEN

Der Teddybär von Oma, die Spielzeugauto-Sammlung, jede Menge Bauklötze oder die Lieblingspuppe — es gibt viele Schätze, die Ihr Kind täglich in den Händen hat. Deshalb ist es wichtig, bei diesen Dingen genauso auf Hygiene zu achten wie bei den Schulsachen.

Vermeidung von schädlichen Viren und Bakterien in der Schule

Reinigen Sie regelmäßig den Schulranzen, Mäppchen und Stifte. In der Schule und zuhause haben Kinder die Sachen sehr oft in der Hand, sodass sich auf den Oberflächen meist viele Keime tummeln.



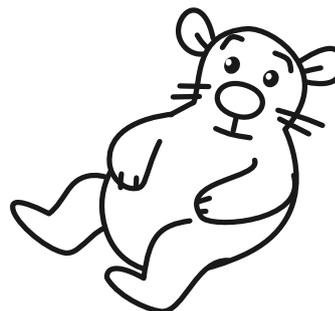
GUT ZU WISSEN

Schon beim Kauf an Hygiene denken

Plastikspielzeug ist in der Regel keimbelasteter als Holzspielzeug, da Holz von Natur aus antibakterielle Substanzen enthält. Kaufen Sie deshalb lieber Holz statt Plastikspielzeug oder reinigen Sie Plastikspielzeug regelmäßig. Wenn Ihr Kind Badespielzeug mag, sollten Sie darauf achten, dass es keine Löcher hat. Im Inneren machen sich sonst durch die Feuchtigkeit wahre Bakterienherde breit.

So gar nicht kuschelig: Das Kuscheltier

Das liebste Kuscheltier wird geknuddelt, zum Spielen mitgenommen und verbringt die Nacht meist im Arm des Kindes. Da ist es wenig überraschend, dass sich auch schädliche Bakterien im Fell befinden können. Waschen Sie den plüschigen Freund deshalb regelmäßig in der Waschmaschine unter Berücksichtigung der Anweisung des jeweiligen Herstellers.



HYGIENE AUF DEM SCHULWEG

Auf dem Schulweg kommen Kinder oft mit mehr Dingen in Berührung, als man vielleicht im ersten Moment denkt. Meist ist es nur ein kurzer Weg, doch die Kinder wollen nun mal ihre Umwelt erkunden, wobei das Anfassen von Sachen dazugehört. Und das darf auch so bleiben. Denn dank einfacher Hygienemaßnahmen braucht die Entdeckerfreude Ihres Kindes kaum eingeschränkt zu werden.

Als Grundregel gilt:

Alles, was Kinder oft in den Händen haben, sollte frei von krankmachenden Keimen sein.

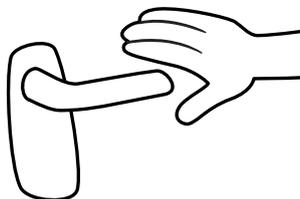
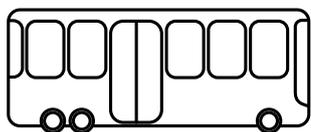
Dinge, die Sie regelmäßig reinigen können:

- Griffe von Roller und Fahrrad
- Kinderfahrradsitz
- Kinderautositz
- Fahrradhelm

Saubere Hände:

Vor der Übertragung von Krankheitserregern über Flächen kann man sich am besten mit Handhygiene schützen. Üben Sie deshalb das richtige Händewaschen mit Ihrem Kind. Die Hände sollten gewaschen werden, sobald es in der Schule oder zuhause ankommt, wenn unterwegs beispielsweise folgende Dinge angefasst wurden:

- Haustürgriffe und Geländer
- Griffe und Sitze in öffentlichen Verkehrsmitteln
- Ampelschalter
- Geld beim Bäcker oder am Kiosk
- Sachen vom Boden



VIelfältig und Wirkungsvoll:

Die Sagrotan Produktpalette

- Kinderseifen, Handseifen und No-Touch Seifenspende
- Desinfektion für Hände und Oberflächen
- Desinfektion für Wäsche und Waschmaschinen
- Textilerfrischer
- Oberflächenreiniger für den Haushalt
- Reinigungsprodukte für den Haushalt



Mehr Informationen unter:
[sagrotan.de/produkte](https://www.sagrotan.de/produkte)