

GESUND DETEKTIVE IM EINSATZ

Den Viren
und Bakterien
auf der Spur



UNSICHTBARE MITBEWOHNER AUF UNSERER HAUT?!

Mats geht nach der Kita schnurstracks in sein Zimmer. „Zuerst Hände waschen!“, ermahnt ihn Mama. Aber genau das will Mats jetzt nicht.

„Ich komme gleich!“ Der 5-Jährige kramt seine Lupe aus der Spielzeugkiste hervor. Neugierig hält er sie über seine Hand. Die erscheint ihm nun riesengroß. Aber das, was er auf ihr sucht, findet er trotzdem nicht.

Als Mats sich heute in der Kita vor dem Frühstück nicht die Hände waschen wollte – sie sahen doch überhaupt nicht schmutzig aus! –, hat Erzieherin Jenny den Kindern von vielen winzigen Mitbewohnern auf der Haut und im Körper erzählt: den Bakterien und Viren.



„Sie sind so klein, dass ihr sie mit euren Augen nicht erkennen könnt“, sagte Jenny. „Die meisten von ihnen schützen den Körper wie ein Schutzschild. Es gibt aber auch solche, die – wenn sie von außen eindringen und viele der guten Winzlinge verdrängen –, krank machen können. Doch dagegen können wir ja einiges tun.“

„Jenny spinnt!“, flüsterte Mats seiner Freundin Ella ins Ohr. Er drehte seine Hände von links nach rechts und führte sie dann ganz nah an seine Augen und Ohren heran. „Da ist nichts.“

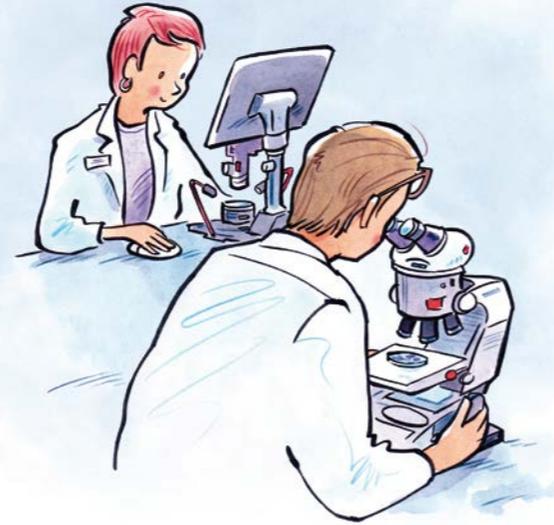
MATS GEHT AUF SPURENSUCHE

Doch irgendwie konnte Mats nicht glauben, dass Jenny sich das nur ausgedacht hat. Das macht sie doch sonst auch nicht! Deshalb holt der 5-Jährige am Nachmittag seine Lupe zu Hilfe.

Da er die Mitbewohner damit auch nicht sehen kann, erzählt er Mama von den geheimnisvollen Wesen, als sie ihn erneut ans Händewaschen erinnert. „Danach gibt’s auch Essen“, verspricht sie.

Auf dem Weg zum Badezimmer erklärt Mama: „Für so klitzekleine Dinge wie Bakterien oder andere Keime wie Viren reicht deine Lupe eben nicht aus. Aber auch wenn man sie nicht sehen kann, hinterlassen sie Spuren.“

„Na, dann wasche ich mir mal lieber die Hände“, meint Mats seufzend. Denn er hat einen Bärenhunger.



WIE SIEHT MAN VIREN & BAKTERIEN?

Experten wie ÄrztInnen, LaborantInnen oder Forschende haben spezielle Geräte, mit denen sie Keime, wie Viren und Bakterien, so vergrößern können, dass sie sichtbar werden. Diese Geräte heißen Mikroskope. Schau mal, hier darfst du ihnen über die Schulter schauen.

In dieser Nacht träumt der 5-Jährige von winzigen Bakterien, die darum kämpfen, den Platz, den sie sich auf seiner Haut erobert haben, zu behaupten.



Am nächsten Morgen will Mats unbedingt herausfinden, wie er die nützlichen Wesen unterstützen und möglichst viele von den schädlichen kleinen Wesen loswerden kann.

Er beschließt sich auf die Suche nach den Spuren zu machen, von denen Mama gesprochen hat. Vielleicht helfen die ihm weiter.

„ICH SPÜRE WAS, WAS KEINER SIEHT“

Mats nimmt seine Lupe, einen Notizblock, eine Taschenlampe und noch einige andere Dinge, die zu seiner Detektivausrüstung in der großen Spielzeugkiste gehören, mit in die Kita.

„Machst du mit bei meiner Spurensuche?“, fragt er Ella, die schon ungeduldig auf ihn wartet.

„Klar! Ich will doch sowieso Polizistin werden, wenn ich groß bin. Da kann ich schon mal üben.“

Als die beiden den anderen Kindern von ihren Plänen erzählen, tönt es laut aus allen Ecken:

„Ich will mitmachen, ich auch ...“

Ihre Erzieherin lacht: „Na, dann kommt mal her, ihr schlaunen Detektive. Vielleicht können Pit und ich euch ja ein bisschen helfen.“

Sie schlägt vor, das Spiel „Ich spüre was, was keiner sieht“ zu spielen.

Puh, da müssen die Kinder eine Weile überlegen, bis ihnen etwas einfällt.



„Ich weiß was“, meldet sich Theo, der Kleinste in der Gruppe, als Erster zu Wort. „Der Wind. Der ist unsichtbar. Aber ich kann sehen, wie er die Blätter draußen am Baum bewegt.“

„Ich mag es, wenn er um meine Nase weht“, gibt ihm Ella recht.

Ihr Erzieher Pit sagt: „Unsichtbare Bakterien oder Viren, die den Körper krank machen können, hinterlassen auch spürbare Spuren. Auch wenn sie sich anders als der Wind, der um eure Nasen weht, nicht gut anfühlen.“

COOLE HILFE FÜR DIE KÖRPERPOLIZEI! – ABER WAS IST DAS EIGENTLICH?

„Welche Spuren sind das?“ Mats will es genau wissen.

„Wenn es den Keimen gelingt, über den Mund, die Nase oder die Augen in den Körper zu kommen, versucht die Körperpolizei, sie wieder zu vertreiben. Das merken wir, indem wir, je nach Krankheitserreger, zum Beispiel Halsweh, Schnupfen, Husten, Fieber oder Durchfall bekommen. Wenn ihr eure Hände richtig wäscht, könnt ihr der Körperpolizei helfen, viele Schädlinge abzufangen, bevor sie überhaupt Schaden anrichten können.“



Das Immunsystem

Erwachsene nennen die Körperpolizei Immunsystem. Der kleine Pils, mit dem du geimpft wirst, hilft auch, sie stärker zu machen. Zum Beispiel bei der Abwehr von Kinderkrankheiten.

Deine Körperpolizei freut sich auch, wenn du dich gesund ernährst und viel an der frischen Luft bist. Dann kann sie besser arbeiten.

Wenn jemand, zu dem ihr Kontakt habt, schon krank ist, hilft es auch, Abstand zu halten, um sich nicht zu leicht anzustecken. Damit den Körperpolizisten die Arbeit mit zu vielen Eindringlingen auf einmal nicht über den Kopf wächst.



Mats staunt: „Wow, eine Polizei in mir drin?“ Das kann er sich überhaupt nicht vorstellen. Wie auch? Die Körperpolizisten sind schließlich genauso unsichtbar wie die Eindringlinge, die sie bekämpfen. Dennoch sind sie Tag und Nacht da und beschützen uns.



Eins ist für den 5-Jährigen klar: Als Super-Detektiv will er der Körperpolizei unbedingt helfen.



DAS ZAUBERWORT HEISST HÄNDE- WASCHEN

Vor dem Frühstück drängeln sich alle Kinder um das Waschbecken, um wie Mats ihre Hände zu waschen. Schließlich sind sie ein Detektiv-Team und wollen alle helfen.

Doch obwohl sie es schon öfter geübt haben, vergisst Theo beim Händewaschen die Seife, Lia begnügt sich mit einer schnellen Katzenwäsche und Arian vergisst am Ende, sich die Hände gut abzutrocknen.

„So hätte die Körperpolizei noch viel Arbeit mit den Eindringlingen“, sagt Jenny. Nach dem Frühstück holt sie nützliche „Werkzeuge“ für die Detektive aus

dem Schrank, die ihnen helfen, den Einbrecher-Tricks von Bakterien und Viren auf die Schliche zu kommen. Die Erzieherin verteilt mehrere Rührchen mit leuchtend buntem Bio-Glitzerpulver und einige Tuben Handcreme an die Kita-Detektive.

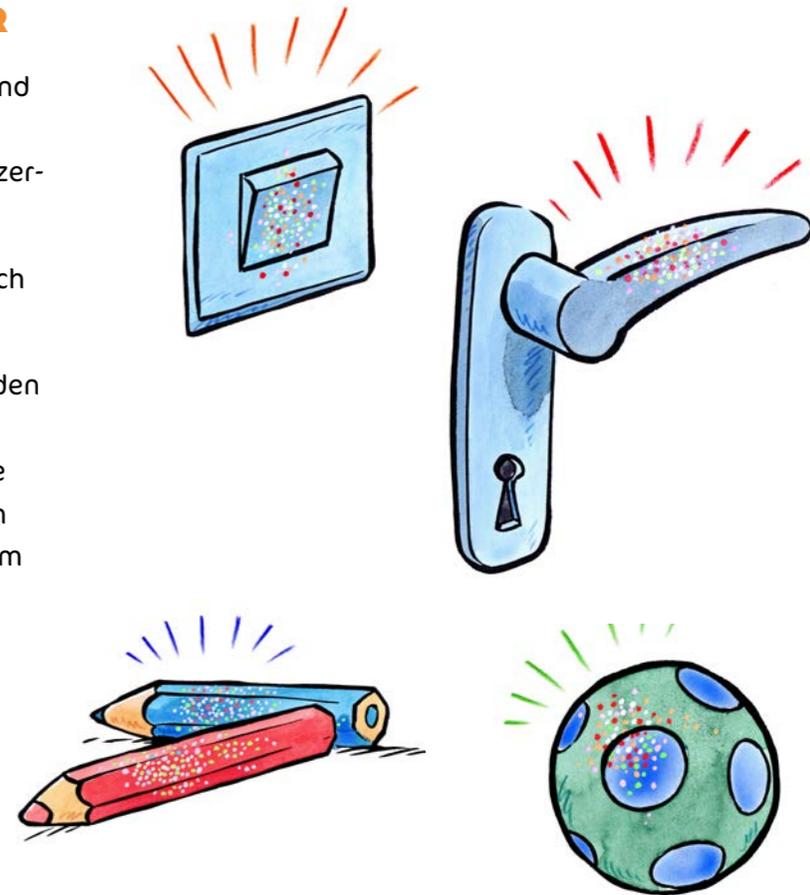


SO WIRD UNSICHTBARES SICHTBAR

Die Kinder cremen sich zuerst die Hände ein und verteilen darauf dann vorsichtig das Glitzerpulver. Indem sie es verreiben, haften die Glitzerpünktchen gut sichtbar auf der Haut.

„Sie verteilen sich so auf eurer Haut, wie es auch unsichtbare Keime tun“, erklärt Jenny.

Als die Detektive mit dem Glitzer auf den Händen Lichtschalter, Tische, Türklinken, Spielsachen oder die Hände ihrer Freundinnen und Freunde anfassen, fällt ihnen auf, dass sie die winzigen Pünktchen dabei an andere weitergeben und im Raum verteilen.



Ella findet den Glitzer supercool und würde ihn am liebsten gar nicht mehr abwaschen. Sie reibt auch ein bisschen davon auf Mats' Wange. Aber böse Viren oder Bakterien an andere weitergeben oder selbst behalten? Nein, das möchte sie auf keinen Fall. Die anderen Kinder natürlich auch nicht.



Beim anschließenden Händewaschen finden die Detektive heraus, wie sich der Glitzer – und damit auch unsichtbare Bakterien und Viren – am besten wieder von der Haut entfernen lassen. Wichtig für den Erfolg: sich mindestens 20-30 Sekunden Zeit dafür nehmen:

Zuerst werden die Hände unter fließendem Wasser richtig nass gemacht.



Dann wird die Seife genommen und das gründliche Einseifen beider Handseiten ist angesagt.

Dabei die Zwischenräume der Finger, die Daumen und die Fingerkuppen samt Fingernägeln nicht vergessen.

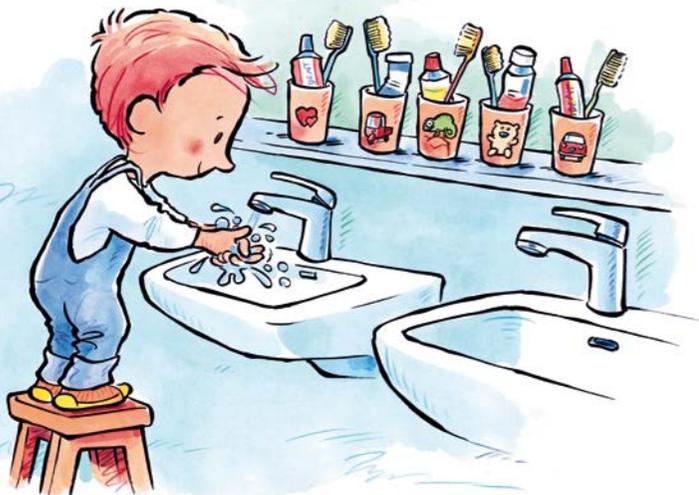
Nach dem genauso gründlichen Abwaschen der Seife werden die Hände mit einem sauberen Tuch gut abgetrocknet.

Jenny hängt zur Erinnerung, wie das Händewaschen richtig geht, ein großes Plakat im Raum auf.



SPÜRNASE MATS FINDET HERAUS: OHNE SEIFE GEHT'S WIRKLICH NICHT

Mats probiert es trotzdem zuerst ohne Seife aus. Das muss doch auch klappen, denkt er besserwisserisch. Der 5-Jährige macht seine Hände nass und rubbelt sie von allen Seiten, aber sie glitzern immer noch.



14

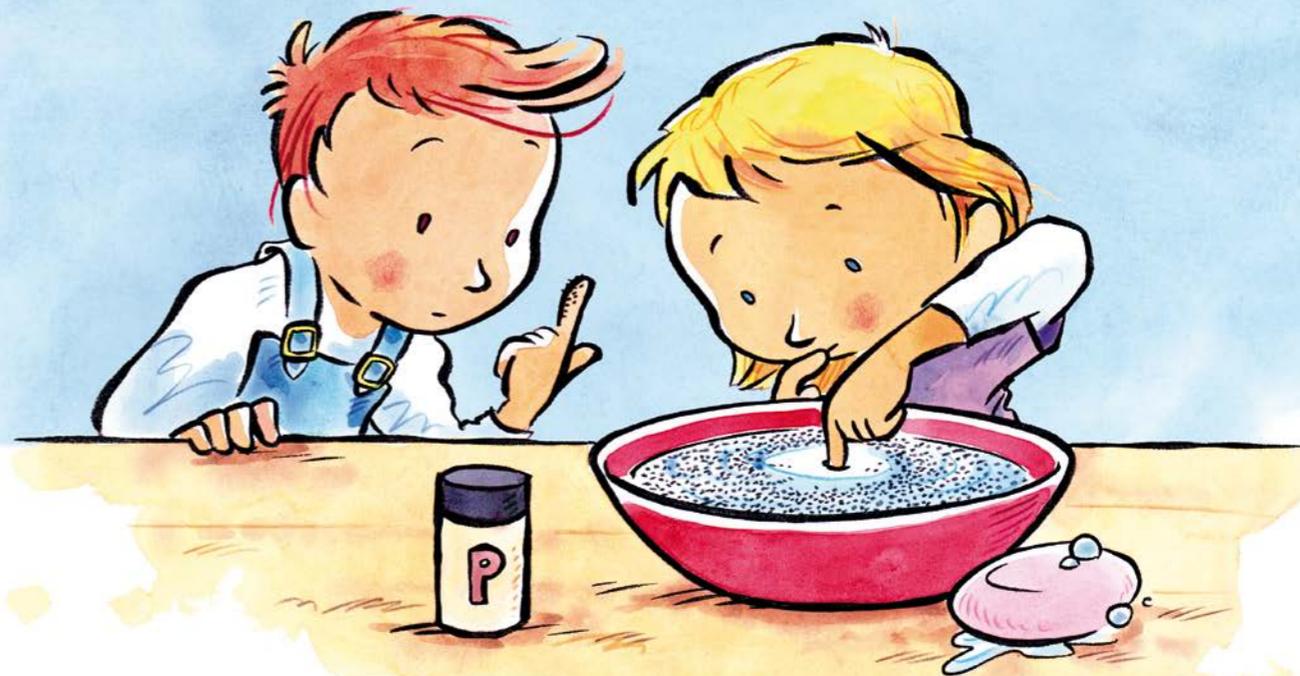
WAS SEIFE ALLES KANN

Jenny holt noch andere „Werkzeuge“ für die Detektive aus dem Schrank.

Die haben eure Eltern zum Nachmachen für die Familie bestimmt auch zu Hause. Für dieses Experiment braucht ihr einen Suppenteller oder eine kleine Schüssel, gemahlenen Pfeffer, Wasser und Seife. In diesem Fall verhält sich der Pfeffer wie die unsichtbaren Keime auf unserer Haut.

Jenny füllt etwas Wasser in die kleine, flache Schüssel, die sie bereitgestellt hat. Dann gibt sie etwas von dem Pfeffer dazu, bis er die Wasseroberfläche bedeckt. Neugierig taucht Mats kurz seinen Finger in die Schüssel und stellt fest, dass kleine Pfefferteilchen daran kleben bleiben.

Ella reibt sich den Zeigefinger mit Seife ein, bevor sie ihn in das Pfefferwasser taucht. Die Kinder sehen, dass sich der Pfeffer nicht an ihren Finger heftet. Im Gegenteil: Er bewegt sich von ihm weg.



15

20-SEKUNDEN-TRICKS

Mats staunt: „So einfach ist das?“ Dieses Mal greift er beim Händewaschen gleich zur Seife, um es richtig zu machen.

„Aber wie lange dauern denn 20 Sekunden?“, will er wissen.

„Wenn ihr zweimal hintereinander Happy Birthday singt, ist die Zeit um. Aber ich habe noch ein anderes Lied für euch: das Rotznasenlied. Wenn ihr das Lied singt, dauert das 20 Sekunden.“

„Rotznasenlied!“ Die Kinder kichern und singen es gleich mit.



Erst hab ich ne Rotznase
Dann hab ich ne Rotzfahne
Die werf' ich in den Eimer
Und trag sie nicht herum
Dann wasch ich mir die Hände
Denn das ist dann das Ende
Für Viren und Bakterien
Die gucken dann ganz dumm

RICHTIGE DETEKTIVE

Jenny und Pit finden, dass Mats, Ella und die anderen Kinder jetzt richtige Detektive sind, nachdem sie den ganzen Tag so erfolgreich auf Spurensuche waren.

Deshalb bekommen alle eine einen echten Detektivausweis, auf den sie, wenn sie schon schreiben können, selbst ihren Namen schreiben dürfen.

Beim Abholen muss Mats ihn sofort Mama zeigen.



GESUND DETEKTIV

So sehe ich (nicht) aus.

Am besten selbermalen und einkleben, weil kein Detektiv erkannt werden will.

.....
Name

.....
Deckname

.....
Geburtsdag

.....
Datum, Unterschrift

GEWUSST, WANN!

Zu Hause geht Mats direkt ins Bad, um seine Hände zu waschen. Mama und Papa hören ihn bis in die Küche das Rotznasenlied singen.

„Muss ich jetzt eigentlich andauernd meine Hände waschen?“, fragt Mats beim Abendessen.

„Die unsichtbaren Mitbewohner verstecken sich doch an so vielen Stellen, die ich anfasse.“

„Auf dem Spielplatz, dem Weg zur Kita, an schmutzigen Dingen und sehr, sehr viele in benutzten Taschentüchern – ja, sie haben zahlreiche Verstecke“, gibt Papa ihm recht.



„Du erleichterst es der Körperpolizei aber schon sehr, möglichen Eindringlingen das Handwerk zu legen, wenn du immer vor dem Essen und dessen Zubereitung, nach jedem Gang zur Toilette sowie dem Nachhausekommen von der Kita oder vom



Spielen daran denkst. Auch nach dem Naseputzen und wenn du ein Tier wie unseren Charlie gestreichelt hast oder deine Hände schmutzig sind, ist Händewaschen angesagt“, erklärt Papa.

„Beim Spielen selbst musst du aber nicht die ganze Zeit aufpassen und darfst dabei ruhig auch mal dreckig werden.“

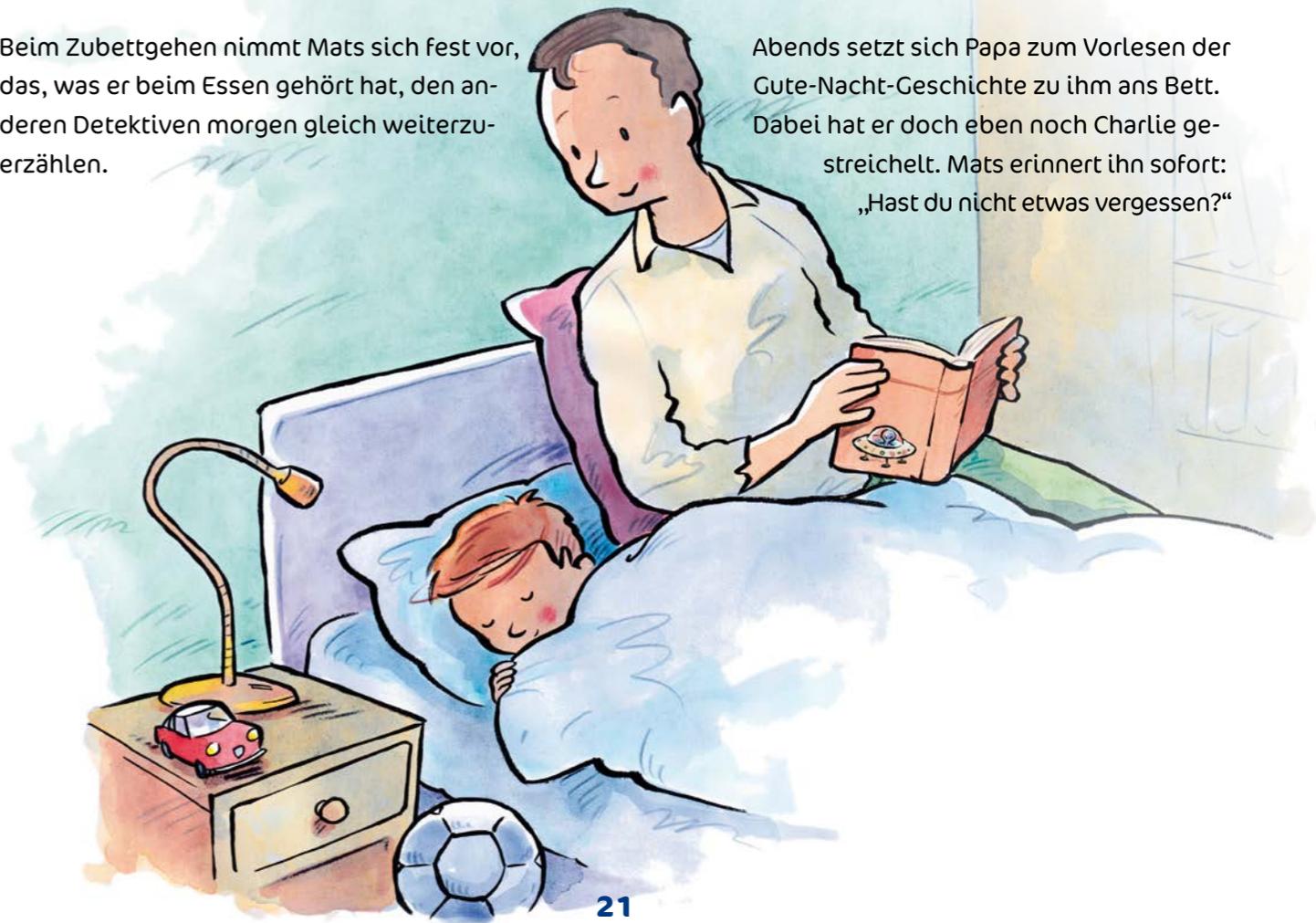
Nach dem Essen fragt Mats seine Eltern, ob sie ihm dabei helfen können, den Ausweis in seinem Zimmer aufzuhängen.

Mama findet in der Rumpelkammer einen Bilderrahmen und Papa holt Hammer und Nagel aus seiner Werkzeugkiste. Mats hilft Papa beim aufhängen und ist ganz stolz, nun ein richtiger Detektiv zu sein.



Beim Zubettgehen nimmt Mats sich fest vor, das, was er beim Essen gehört hat, den anderen Detektiven morgen gleich weiterzuerzählen.

Abends setzt sich Papa zum Vorlesen der Gute-Nacht-Geschichte zu ihm ans Bett. Dabei hat er doch eben noch Charlie gestreichelt. Mats erinnert ihn sofort: „Hast du nicht etwas vergessen?“



In dieser Nacht träumt Mats wieder von den winzigen Bakterien, die auf seiner Haut kämpfen. Doch diesmal muss er sich keine Sorgen machen. Als Detektiv weiß er jetzt Bescheid, wie er seine Körperpolizei bei der Abwehr unterstützen kann.



IMPRESSUM:

Mehr Zeit für Kinder e. V.

Gärtnerweg 4-8

60322 Frankfurt am Main

www.mzfk.de

Geschäftsführung: Simone Linden

Redaktion: Annette Zander , Tanja Buchholz

Text: Gabi Winter

Illustrationen: Jörg Saupe

Grafikdesign: Stephen Iwanowsky

RB Hygiene Home Deutschland GmbH

Darwinstr. 2-4

69115 Heidelberg

MeinZeit
für KINER

