



Πρόγραμμα Πρόληψης Μετάδοσης Μικροβίων

“Χέρια καθαρά.... μικρόβια μακριά”

7^η Υγειονομική Περιφέρεια Κρήτης

« Χέρια καθαρά – Μικρόβια μακριά »

Να γνωρίσουν τις πηγές μόλυνσης στο περιβάλλον τους και να τις αποφεύγουν.

Να καταλάβουν τα παιδιά την άμεση σχέση της υγιεινής με την υγεία.

Πρωταρχικός στόχος είναι η βελτίωση των γνώσεων των μαθητών για θέματα δημόσιας υγείας και η ενίσχυση του ενδιαφέροντος τους για την επιστήμη.

Να συνειδητοποιήσουν την αξία την πρόληψης στην προστασία από τα μικρόβια και να τη διαχωρίσουν από τη «μικροβιοφοβία»

Να μάθουν τι είναι τα μικρόβια , πού ζουν, πώς πολλαπλασιάζονται, πώς μεταδίδονται, πόσο επικίνδυνα είναι, ποιοι είναι οι τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισής τους.

« Χέρια καθαρά – Μικρόβια μακριά »

Να μάθουν να συνεργάζονται, να είναι υπεύθυνα και να φροντίζουν τον εαυτό τους αλλά και τους χώρους που δραστηριοποιούνται.



Να μάθουν να τηρούν απλούς κανόνες υγιεινής και να τους γίνει η καθημερινή υγιεινή τρόπος ζωής.



Να διευρύνουν τον κύκλο των παραστάσεων και των εμπειριών τους, να ψυχαγωγηθούν και να διασκεδάσουν.

Πού απευθυνόμαστε;

Παιδιά από 4 ως 12 ετών
(Νηπιαγωγεία & Δημοτικά
Σχολεία).

Εκπαιδευτικούς

Παιδιά με Ειδικές Ανάγκες
(που φοιτούν σε Σ.Μ.Ε.Α.Ε.).

Οικογένειες / Φροντιστές
των παιδιών.

« Πως είναι δομημένο;



Από πού εμπνευστήκαμε;;;

e- bug (www.e-bug.eu)



Έχει αναπτυχθεί από τον Οργανισμό Προαγωγής Υγείας και το Υπουργείο Υγείας της Αγγλίας



σε συνεργασία με 18 άλλες ευρωπαϊκές χώρες (ανάμεσα στις οποίες και η Ελλάδα)



έχει μεταφραστεί και προσαρμοστεί στα ελληνικά από τον Τομέα Δημόσιας και Διοικητικής Υγιεινής, της Εθνικής Σχολής Δημόσιας Υγείας, (Ελλάδα).

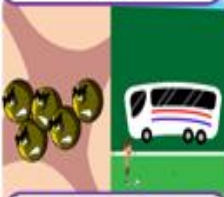
- Βασίστηκε στο e-bug και επεκτάθηκε με προσθήκη εκπαιδευτικού υλικού, το οποίο απευθύνεται και σε μικρότερες ηλικιακές ομάδες, ώστε να υλοποιείται σε όλες τις τάξεις της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης (Νηπιαγωγείο-Δημοτικό).
- Υλοποιείται συμπληρωματικά με το πρόγραμμα e-bug του Υπουργείου Υγείας.



...και ένα μικρόβιο;

1. Πόσο μικρό είναι το μικρόβιο;

2. Πόσο συχνά το μικρόβιο βρίσκεται στο περιβάλλον;



3. Πόσο συχνά το μικρόβιο βρίσκεται στο αυτοκίνητο;



4. Πόσο συχνά το μικρόβιο βρίσκεται στο ποδόσφαιρο;

DESKTOP

A workspace with plastic and Formica surfaces and a grooved keyboard offers a relatively hospitable environment for germs.



LIGHT SWITCH

Most common respiratory virus can survive on a surface for a maximum of two to four days.



DOOR KNOB

In one study, a harmless virus put on a door into an office building had spread to half of the office's surface areas within about four hours.



COFFEE STATION

Researchers infected one person in an 80-person office with a harmless virus. Coffee pot handles were some of the first places the virus spread.

FOUNTAIN



TOUCHING FACE

The average adult brings fingers to the nose, mouth or eyes about 16 times an hour.

- Ιστοσελίδα 7^{ης} Υ.Π.Ε. Κρήτης : www.hc-cre.gr
- Δημόσια Υγεία → Αγωγή και προαγωγή υγείας → Πρόγραμμα πρόληψης και Αγωγής Υγείας – Μικρόβια « Χέρια καθαρά – Μικρόβια μακριά » → Γενικά στοιχεία Προγράμματος



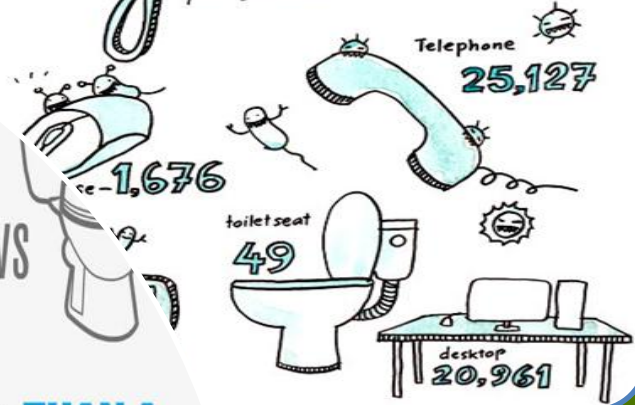
A CELL PHONE HAS 18 TIMES MORE BACTERIA

VS

THAN A PUBLIC RESTROOM

OX NEWS - VIEW SOURCE

germs per square inch



- Διάρκεια περίπου μία διδακτική ώρα
- Χρειάζεται υπολογιστής και προτζέκτορας

Πρόσθετο υλικό

- 1) Αφίσες
- 2) Φυλλάδια
- 3) Παραμύθι
- 4) Κατανόηση

ΒΗΧΑ σου!!!



ή Κάλυψε το στόμα σου με τον αγκώνα σου!!!!



μετά Πλύνε τα χέρια σου με χλιαρό νερό και σαπούνι!!!



ή Βάλε αντισηπτικό διάλυμα!!!



Τα 6 βήματα



1. Καλύψτε με παλάμη

2. Το πίσω μέρος των χεριών

3. Ανάγκιστρο στα δάχτυλα

4. Το πίσω μέρος των δακτύλων

5. Τους αντίχειρες

6. Τις άκρες των δακτύλων

Η Πρόκληση του Βλαβερού Μικροβίου!

Σημείωση: Τα βήματα που είναι σκιασμένα με το Βλαβερό Μικρόβιο στην ακόλουθη εικόνα παραμένουν αμετάβλητα. Όσοι έχουν μετρήσει τα βήματα τους, να βάλουν 1 σταυρό.

Β	Δ	Η	Α	Η	Τ	Η	Ρ	Ι	Α	Σ	Η	Κ	Δ	Φ
Φ	Ρ	Μ	Γ	Β	Φ	Δ	Ι	Α	Ρ	Ν	Η	Δ	Ι	Α
Ζ	Α	Ο	Ν	Ζ	Π	Ω	Κ	Υ	Π	Ν	Η	Δ	Ι	Α
Φ	Δ	Σ	Μ	Η	Γ	Δ	Α	Α	Σ	Ο	Μ	Α	Τ	Π
Ν	Β	Η	Ο	Ι	Η	Ν	Δ	Α	Ο	Η	Δ	Α	Β	Δ
Ζ	Σ	Π	Ο	Σ	Ο	Κ	Ε	Α	Α	Ο	Σ	Α	Ζ	Ι
Σ	Τ	Ρ	Ζ	Υ	Ν	Ν	Α	Φ	Β	Τ	Ε	Η	Α	Α
Π	Μ	Α	Γ	Ι	Α	Ρ	Η	Ε	Ε	Α	Υ	Ε	Σ	Ο
Ν	Γ	Ν	Π	Β	Ρ	Τ	Ρ	Τ	Ρ	Δ	Η	Σ	Η	Α
Τ	Α	Υ	Κ	Η	Ι	Α	Ο	Ι	Α	Α	Φ	Π	Η	Α
Τ	Ε	Ε	Σ	Α	Ν	Ο	Η	Μ	Α	Α	Φ	Τ	Η	Α
Α	Ι	Ο	Ρ	Α	Β	Κ	Σ	Α	Β	Π	Η	Α	Α	Α
Κ	Ε	Μ	Ε	Τ	Ο	Σ	Ε	Σ	Ε	Π	Ο	Η	Α	Α
Μ	Ρ	Γ	Ι	Α	Ν	Φ	Δ	Ν	Η	Κ	Τ	Η	Α	Α

ΕΞΑΝΘΙΔΙΑ
ΒΗΧΑΣ
ΑΣΘΜΙΑ
ΒΡΟΝΧΙΤΙΔΑ
ΧΕΛΙΔΙΑ

ΕΜΕΤΟΣ
ΔΙΑΡΡΟΙΑ
ΠΟΝΟΣ ΑΝΤΕΝΕΡΩΝ



Η Πρόκληση του κακού Μικροβίου



ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

- Σε ποιο το παιχνίδι από όπου προέρχεται και μεταλλάσσεται μικροβιογενής ένα γαργάρο στο λαιμό;
- Είστε ένας ής που μπορεί να μεταλλάσσεται με αεροσκάφος με μεγάλη κίνηση σταπλ και φορητό σε όλο τον κόσμο.
- Είστε ένα μέλος του σώματος που και μεταλλάσσεται από όλο το σώμα. Όταν με κόπωση έχετε ναρκωτικά, αλκοόλ, ή άλλους παράγοντες που να αλλάζουν.
- Είστε ένας ής που αν είναι υγιεινός και να αλλάζει.
- Μια ασθένεια που αν μεταλλάσσεται από τον αέρα ή αν είναι το χέρι που έχει παύση και κίτρινος.
- Είστε μια ασθένεια που αν μεταλλάσσεται από τον αέρα ή αν είναι το χέρι που έχει παύση και κίτρινος.
- Είστε μια ασθένεια που αν μεταλλάσσεται από τον αέρα ή αν είναι το χέρι που έχει παύση και κίτρινος.
- Κάποιο μέλος του σώματος που να μεταλλάσσεται από τον αέρα ή αν είναι το χέρι που έχει παύση και κίτρινος.
- Πως γίνεται από τον αέρα που μεταλλάσσεται το λαιμό;
- Είστε μια ασθένεια που αν μεταλλάσσεται από τον αέρα ή αν είναι το χέρι που έχει παύση και κίτρινος.
- Στηρίξτε με κάποιο στοιχείο που αν μεταλλάσσεται από τον αέρα ή αν είναι το χέρι που έχει παύση και κίτρινος.
- Βλαβερή ασθένεια που αν μεταλλάσσεται από τον αέρα ή αν είναι το χέρι που έχει παύση και κίτρινος.
- Ποιος ής μεταλλάσσεται από τον αέρα ή αν είναι το χέρι που έχει παύση και κίτρινος.

ΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ

ΓΙΩΣ	ΑΛΛΕΡΓΙΑ	ΔΙΑΡΡ	ΠΟΝΟΣ
ΑΣΘΜΙΑ	ΠΟΝΟΣ	ΕΜΕΤΟΣ	ΕΞΑΝΘΙΔΙΑ
ΒΡΟΝΧΙΤΙΔΑ	ΒΡΟΝΧΙΤΙΔΑ	ΒΡΟΝΧΙΤΙΔΑ	ΒΡΟΝΧΙΤΙΔΑ

Τι είναι οι Μικροοργανισμοί (Μικρόβια)?

Φτιάξτε το δικό σου μικρόβιο

Σχεδιάστε ένα μικρόβιο της επιλογής σας. Για βοήθεια, έναν κόπο ή μήκη χρησιμοποιώντας τα υλικά που δίνονται.

Πριν αρχίσετε, αποφασίστε εάν το μικρόβιο σας θα είναι καλό ή κακό.

Εδώ είναι μερικές εικόνες που μπορούν να βοηθήσουν.

Βακτήρια	Ιοί
----------	-----

Σχεδιάστε το

Οι παρατηρήσεις μου

- Είναι ένα χιμύρισμα ή ένα βακτήριο μικρόβιο;
- Διαφέρει ένα όντομα για το μικρόβιο σου;

ΑΠΕΙΣΤΕΥΤΟ ΑΛΛΑ ΔΩΡΕΟΝ
ΕΙΣΑΙ το στήν 1.000 εκατομμυρίων μικροβίων!

Παραμύθι Ο ΜΩΒΙ ΚΑΙ ΤΑ ΒΡΩΜΙΚΑ ΧΕΡΑΚΙΑ, ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ, ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ: «Εκπαίδευση των παιδιών Ρομά», Αθήνα, 2012

- Ιστοσελίδα 7^{ης} Υ.Πε. Κρήτης : www.hc-crete.gr
- Δημόσια Υγεία → Αγνή και προαγωγή υγείας → Πρόγραμμα πρόληψης και Αγωγής Υγείας – Μικρόβια « Χέρια καθαρά – Μικρόβια μακριά » → Πρόσθετο υλικό

Πείραμα



Υλικά που απαιτούνται

Ανά μαθητή

- ☐ Φωτοτυπία του [ΦΕ 1](#)

Ανά ομάδα

- ☐ 30 χάρτινοι δίσκοι (10 εκ.)
- ☐ Μεζούρα (μετροταινία)
- ☐ Μπουκάλι με ψεκαστήρα
- ☐ Νερό
- ☐ Χρωστική τροφίμων (προαιρετικά)
- ☐ Μακρύ χαρτί (από ρολό κουζίνας)
- ☐ Γάντια

Ταινία για
μικρότερα παιδιά
(4 έως 9 ετών)

- 1) Επικοινωνία με υπεύθυνο
- 2) προγραμματισμός δράσης
- 3) Πληροφορίες (αριθμός παιδιών)

Πριν την επίσκεψη

Κατά την επίσκεψη

Αίθουσα με προτζέκτορα και υπολογιστή

Μετά την επίσκεψη

Ερωτηματολόγιο (παιδιά)

Αξιολόγηση εκπαιδευτικοί

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΔΡΑΣΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΠΡΟΤΙΜΑ & ΑΝΤΙΣΤΡΑΦΙΣ ΥΠΕΡ

ΕΠΙΣΚΕΠΤΗΣ: _____ ΤΑΞΗ: _____

ΜΑΘΗΤΕΣ: _____ ΣΤΗΛΗ: _____

Παρακαλώ συμπληρώστε τα παρακάτω κεντάκια σύμφωνα με τις παρατηρήσεις και τις εντυπώσεις σας.

Αξιολογήστε όλα τα παρακάτω θέματα "Κατά την επίσκεψη" με 1 την καλύτερη και την χειρότερη βαθμολογία (Καλύτερα = 5, Καλά = 4, Μέτρια = 3, Κακά = 2, Καταθλιπτικά = 1, Δεν είναι = 0)

(Οι βαθμοί που δίνονται για κακά και για μέτρια μειώνονται 0,5 και 1,5 αντίστοιχα)

Α/Α	Θέματα - Ερωτήματα προς αξιολόγηση	5	4	3	2	1	0
1	Οργάνωση						
1.1	Αξιολογήστε την αρχική διάλεξη των εκπαιδευτικών						
1.2	Αξιολογήστε την αρχική των μαθητών και τους εκπαιδευτικούς στο πρόγραμμα						
1.3	Αξιολογήστε την αρχική των εκπαιδευτικών και των μαθητών στο πρόγραμμα						
2	Παρουσίαση του προγράμματος						
2.1	Το πρόγραμμα παρουσιάστηκε με τρόπο που ανταποκρίθηκε στα ενδιαφέροντα και τις απαιτήσεις						
2.2	Κατά πόσο το πρόγραμμα έδωσε τη καλύτερη και καλύτερη απάντηση						
2.3	Κατά πόσο έδωσε τη καλύτερη για καλότερη απάντηση						
2.4	Αξιολογήστε την αρχική του αρχική των μαθητών και εκπαιδευτικών						
3	Αξιολογήστε						
3.1	Αξιολογήστε τη μορφή του εκπαιδευτικού προγράμματος						
3.2	Το εκπαιδευτικό προγράμμα ανταποκρίθηκε						
3.3	Το εκπαιδευτικό προγράμμα ανταποκρίθηκε						
3.4	Το εκπαιδευτικό προγράμμα ανταποκρίθηκε						
3.5	Το εκπαιδευτικό προγράμμα ανταποκρίθηκε						
3.6	Το εκπαιδευτικό προγράμμα ανταποκρίθηκε						
3.7	Το εκπαιδευτικό προγράμμα ανταποκρίθηκε						
3.8	Το εκπαιδευτικό προγράμμα ανταποκρίθηκε						

Τι περιμένουμε;



Σχολείο

Βιωματική μάθηση
Επίλυση αποριών-
σωστή πληροφόρηση
Συνεργασία με
εκπαιδευτικούς

**Παιδί -
Οικογένεια**

Παρακίνηση
για υγιεινή
των χεριών
Τροποποίηση
συνηθειών

Εμπειρία μας ...

- **Οικογένεια** πρωτίστης σημασίας προσδιοριστής υγείας
- **Εκπαιδευτικός** προσδιορίζει την επιτυχή παρέμβαση και τροποποίηση συμπεριφοράς
- **Αξιολόγηση**

ΣΧΟΛΙΚΑ ΕΤΗ	ΣΧΟΛΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ	ΜΑΘΗΤΙΚΟΣ ΠΛΗΘΥΣΜΟΣ
2016-2017	15	16	1258
2017-2018	52	62	3834
2018-2019	91	102	6695
ΣΥΝΟΛΟ	158	180	11.787

