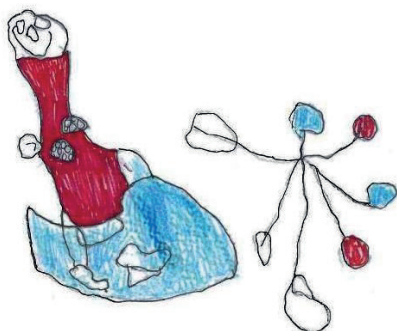


# GODE RUTINER - TRYGG MAT FOR BARNA

**Vask hendene** før du lager og spiser mat, mellom håndtering av ulike råvarer og etter bleieskift og dobesøk.



**Hold de andre friske!** Vi er friske smittebærere inntil 48 timer etter symptomfrihet ved akutt oppkast-og-diaresykdom. Hold deg og barna lenge nok hjemme når det har vært slik sykdom.



**Bleieskift og dobesøk** er situasjoner der muligheten for å forurense hender og klær er stor.

**Bruk forkle** når du lager mat og beskytt gjerne klærne mot eventuelt søl ved bleieskift.

**Renhold og vedlikehold** er viktig. Glatte og jevne flater gjør det lett å rengjøre.

**Mat på tur** er godt! Tenk gjennom hvordan vi skal holde hendene rene ved mangel på vann og såpe. Ved bruk av våtservietter og sprit, kan god håndhygiene ivaretas også på tur.

**"Nevling" og plukking** på maten kan lett skje. Legg godt til rette for å unngå at maten forurennes av urene hender. Legg ut små porsjoner av maten om gangen. Lær ungene å forsyne seg med bestikk der det går an.



**Kontakt med dyr** er positivt og bra for barna! Husk at det er viktig med god håndhygiene på grunn av smitterisiko fra husdyr og fugler.

