



15 октября - Всемирный день чистых рук

«ЧИСТЫЕ РУКИ СПАСАЮТ ЖИЗНЬ»

Виртуальная выставка



Всемирный день чистых рук проводится ежегодно с 2008 года

*Идея столь необычной даты принадлежит
Генеральной Ассамблее ООН совместно с
детским фондом ЮНИСЕФ и Всемирной
организацией здравоохранения*



**Всемирный день чистых рук проходит под
девизом
«Чистые руки спасают жизнь»**

- простая гигиеническая процедура помогает эффективно бороться с разными болезнями, во многих случаях предотвратить острые респираторные заболевания и массу других недугов
- этот день призван напомнить людям о влиянии мытья рук на здоровье, сделать эту процедуру естественной, как дома, так и вне его



Знаете ли вы, что:

- на наших руках от кончиков пальцев до локтей может находиться от 2 млн. до 140 млн. бактерий
- на руках бактерии и микробы могут оставаться живыми до 3 часов
- мокрые руки передают в 1000 раз больше бактерий, чем сухие
- под часами или браслетом на руке прячутся миллионы бактерий



Симптомы болезней «грязных рук»

- ✓ боль в животе
- ✓ частая тошнота, рвота
- ✓ воспалительные заболевания желудочно-кишечного тракта
- ✓ утомляемость, раздражительность
- ✓ нарушение сна
- ✓ аллергии



Когда следует мыть руки?

- Перед едой
- После общения с животными
- После посещения туалетной комнаты
- После игр и занятия спортом
- После возвращения домой с улицы
- После кашля, чихания, очищения носа



МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО!



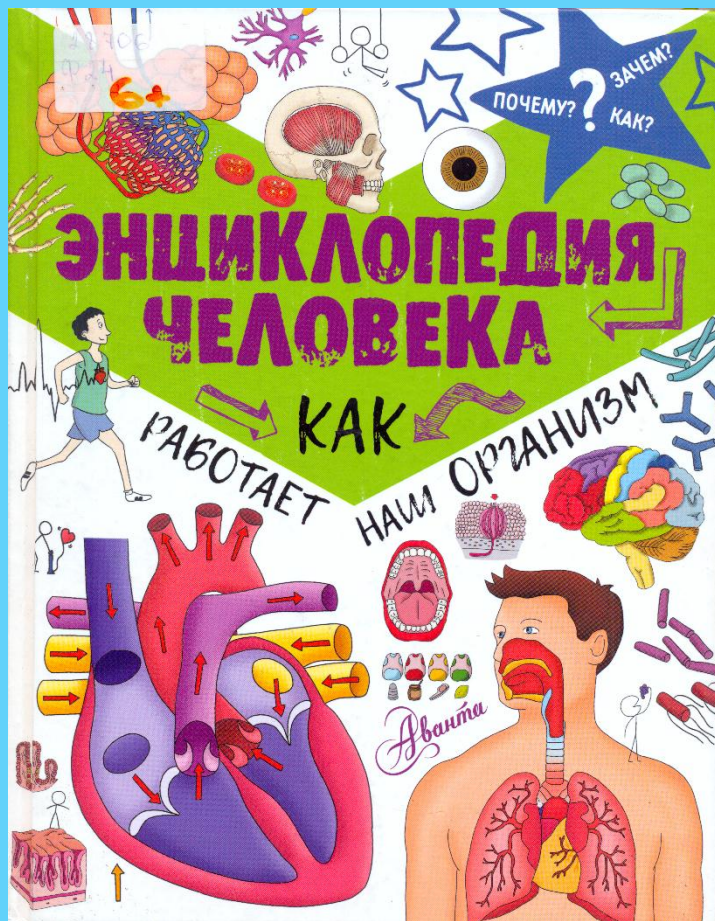
1. Намочите руки проточной водой
2. Намыльте жидким мылом, мылом-пенной или кусковым мылом.
3. Взбейте пену и распределите ее по ладоням и их тыльным сторонам, а также пальцам
4. Трите руки как минимум 20-30 секунд. Не забудьте тщательно вымыть не только ладони, но и их тыльную сторону, запястья, область между пальцами и под ногтями
5. Тщательно смойте пену
6. Вытрите насухо бумажным полотенцем





Энциклопедия предназначена для развития любознательности и воображения, формирования представлений о себе, о других людях, об объектах и свойствах окружающего мира, получения начальных сведений о родине, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, о богатстве ее природы.

Артюхова, И. С. Человек и его здоровье / И. С. Артюхова ; [художники: Н. О. Москалева и [др.]. - Москва : РОСМЭН, 2015. – 63 с. - (Энциклопедия подготовки к школе). - ISBN 978-5-353-07403-8.



Хочешь знать, как функционирует твой организм? Какие процессы происходят в человеческом мозге и почему его сравнивают с компьютером? Как устроен скелет и сколько всего костей в теле человека? А что случается с едой, после того как её пережевали и проглотили? Это и многое другое можно узнать в этой книге.

Фарндон, Д. Энциклопедия человека: как работает наш организм / Джон Фарндон ; иллюстрации Вентии Дин ; [перевод с английского П. Волцита]. - Москва : АСТ : Аванта, 2018. – 123 с. - (Почему, зачем и как?). - ISBN 978-5-17-105463-2.



На страницах тетради вы найдете большое количество разнообразных опытов, которые можно проделать, не выходя из дома и используя лишь подручные материалы, а также сопутствующие задания, рассчитанные на смекалку и творческую активность. В книге популяризатора науки П.М. Волцита вы найдете ответы на вопросы: Почему не мерзнут киты? Почему нужно мыть руки?

Волцит, П. Биология : [для младшего и среднего возраста] / П. М. Волцит. - Москва : АСТ : Аванта, 2017. – 47 с. - (Тетрадь научная). - ISBN 978-5-17-983014-6.



Эта книга для таких любознательных детишек, как ты, ведь тебе интересно узнать о гигиене все-все-все! Во время путешествия по королевству Гигиены ты выполнишь увлекательные задания, прочтешь захватывающие комиксы, проведёшь незабываемые исследования и сделаешь памятные поделки. Скучать уж точно не придется! Мы надеемся, что ты станешь настоящим специалистом по гигиене, начнешь сам мыть ручки и класть в стирку грязную одежду. Невероятного путешествия! И чистоты!

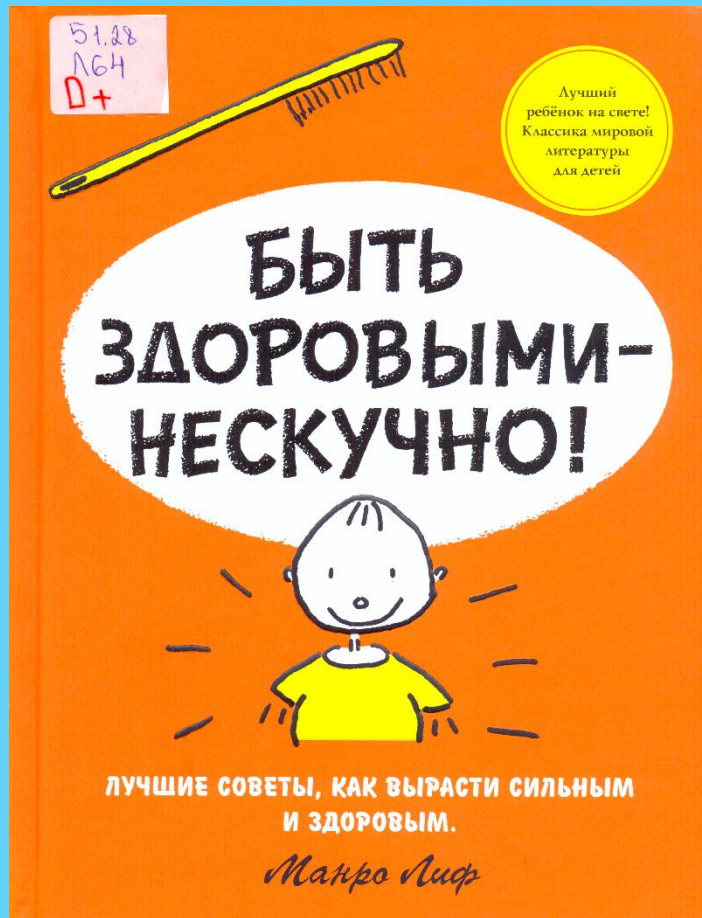
Епифанова, О. А. Детям про гигиену: в погоне за микробами: давай играть, творить и узнавать новое! : [для младшего и среднего школьного возраста / текст: О. А. Епифанова ; иллюстрации Татьяны Киреевой]. - Москва : Э, 2016. - 128 с. - (Хочу все узнать про здоровье. Для детей 7-10 лет). - ISBN 978-5-699-82864-7.



В новом путешествии любознательный Чевостик узнаёт, как заботиться о своем здоровье. Как и зачем делать зарядку и закаляться? Какая еда полезна, а какая нет? Что нужно делать, чтобы зубы были здоровыми? Почему нельзя долго сидеть за компьютером и смотреть телевизор? Как правильно загорать и купаться?

Простые правила, о которых рассказывает дядя Кузя, легко запомнить. А если ребенок будет следовать им каждый день, то вырастет сильным и здоровым

Качур, Е. Если хочешь быть здоров / Е. Качур ; художники: А. Балатенышева, А. Холодилова. - Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2014. - 78 с. - (Детские энциклопедии с Чевостиком). - ISBN 978-5-91657-878-2.



В книге остроумные и весёлые иллюстрации для мальчиков и девочек, ответы на вопросы- почему так важно есть полезные продукты, делать зарядку и вовремя ложиться спать. Как юмор помогает чтобы прожить счастливую жизнь и сберечь здоровье!

Лиф, М. Быть здоровыми - нескучно!: лучшие советы, как вырасти сильным и здоровым : [для младшего школьного возраста] / Манро Лиф ; [перевод с английского О. Варшавер ; рисунки автора ; предисловие братьев Лиф]. – Москва : Махаон, 2017. – 60 с. - (Лучший ребенок на свете!. Классика мировой литературы для детей). - ISBN 978-5-389-11452-4.



С тонким ненавязчивым юмором книга рассказывает, как еда влияет организм, как работает пищеварительная система, что такое сбалансированное питание, что надо есть, чтобы оставаться энергичным, как выбирать продукты и готовить из них вкусную и полезную еду. Также здесь найдутся полезные советы для аллергиков.

Лоу, Ф. Все о моем здоровье: как правильно и вкусно питаться, чтобы быть здоровым, умным и красивым / Фелиция Лоу ; иллюстрации Руперт Ван Вик и Лин Грей ; [перевод с английского Н. Рудик]. - Москва : Clever, 2013. – 46 с. - (Я взрослею, я расту!). - ISBN 978-5-91982-319-3.



Зачем соблюдать режим дня и правила гигиены? Как уберечь себя от болезней? Как правильно обращаться с домашними животными? Как вести себя во время пожара? Прочитай эту книжку, внимательно рассмотри картинки, и ты узнаешь ответы на эти и многие другие вопросы.

Нянковская, Н. Н. Мое тело: главная книга хороших привычек / Н. Н. Нянковская ; [художник А. А. Селиванов]. - Москва : АСТ, 2014. - 16 с. - (Моя первая книга с окошками). - ISBN 978-5-17-083864-6.



При порезе или ранении из окружающей среды в организм проникают микробы, в том числе бактерии. Несмотря на то, что они очень маленькие, бактерии быстро размножаются, и скоро их становится так много, что они способны сделать человека слабым или даже погубить. Сегодня смерть от микробов нам почти не грозит, потому что появились удивительные лекарства - антибиотики. Они убивают бактерии и спасают больного. Без них наша жизнь была бы совсем другой!

Руни, А. Зачем нам нужны антибиотики? / Анна Руни ; [перевод с английского А. Басовой]. – Москва : Питер, 2017. – 29 с. - (Серия "Вы и ваш ребенок"). - ISBN 978-5-496-03005-2.



Данные книги представлены из фонда

Республиканской детско-юношеской библиотеки

Центр чтения юношества им. Д. Батожабая

г. Улан-Удэ ул. Ключевская д.23 «а», тел. 41-87-93

Центр чтения детей им. Б. Абидуева

г. Улан-Удэ пр. Победы 5, тел. 21-46-72