



PATEIKĖ

Skydaphir

ON

2011-09-02



Keine Stimmen

Sveikatos patarimai lauko stovyklai



Kokių sveikatos taisyklių reikia laikytis lauko stovykloje? Šiame straipsnyje pateikiama keletas sveikatos patarimų.

Asmens higiena

- Kasdien dažnai plaukite rankas (prieš valgį ir prieš darbą virtuvėje, pasinaudoję tualetu)
- Pasirūpinkite muilu
- Valykite dantis ryte ir vakare
- Rytinis tualetas su prausikliu ir muilu (prausimosi vieta turi būti kviečianti)
- Reguliarus maudymasis duše - idėja: animacija duše su muzika

Drabužiai

- Pastatykite virvę drėgniems drabužiams pakabinti
- šlapius batus prikimškite laikraščiais (laikraščius dažnai keiskite)
- Dažniau keiskite drabužius, ypač apatinius

Higiena virtuvėje

- Dažnai plaukite rankas
- Dažnai keiskite virtuvėsprijuostę, šluostas ir rankšluosčius
- Sandariai uždarytus maisto likučius laikykite šaldytuve (stovykloje būkite atsargūs)
- Prieš valgdami gerai pašildykite likučius
- Įsirenkitesandėliavimo patalpą arba gyvūnams atsparią sandėliavimo palapinę
- Dažnai šalinkite atliekas
- Kasdien drėgnai šluostykite virtuvės grindis sandėliavimo namuose
- Plaukite virtuvės įrankius karštame vandenyje

- Išplaukite indus
- Po valgio stovyklos dalyviams parūpinkite karšto vandens indams plauti
- Laikykite indus asmeniniame medžiaginiame maišelyje
- Valymo šluostės, skirtos bendriesiems valymo darbams, virtuvėje nenaudojamos

Tualetas

- Kasdien valykite su valymo priemone
- Aprūpinkite muilu ir rankšluosčiais
- Jei viduriuojama , paskirkite "ligonių tualetą" (kelis kartus per dieną dezinfekuokite durų rankeną)
- Tualetai turi būti kuo patogesni ir švaresni , kitaip jų bus vengiama
- tualetams plauti naudokite degtaskalkes

Stovyklos pareigos

- Stalo serviravimas, stalų valymas ir valymas
- Plovimas ir džiovinimas
- Tualetų ir prausyklų valymas
- Koridorių šlavimas
- Tvarkyti aplinką

Pastaba: Visos užduotys turi būti išsamiai aprašytos, kad dalyviai žinotų, kokius darbus reikia atlikti.

Nuotraukų kreditai

Viršelio nuotrauka: © Annamartha / [pixelio.de](https://www.pixelio.de)

Weitere Informationen

Žymos

[Lauko saugykla](#)

[Sveikata](#)

[Sveikatos patarimai](#)

[Naudojimo instrukcija](#)

[Sandėlis](#)

Dalyvių skaičius

[1-20](#)

[20-30](#)

[30 - 100](#)

Biblija

[Šios informacijos trūksta.](#)

Medžiaga

[Nėra](#)

Failų atsisiuntimas

[Failų atsisiuntimų nėra](#)

Kl Generierter Inhalt

[Turinys](#)

[Kategorijos](#)

[Žymos](#)

[Dalyvių skaičius](#)

[Biblija](#)

[Medžiaga](#)

Prisidėjusieji

[admin_eeo](#)