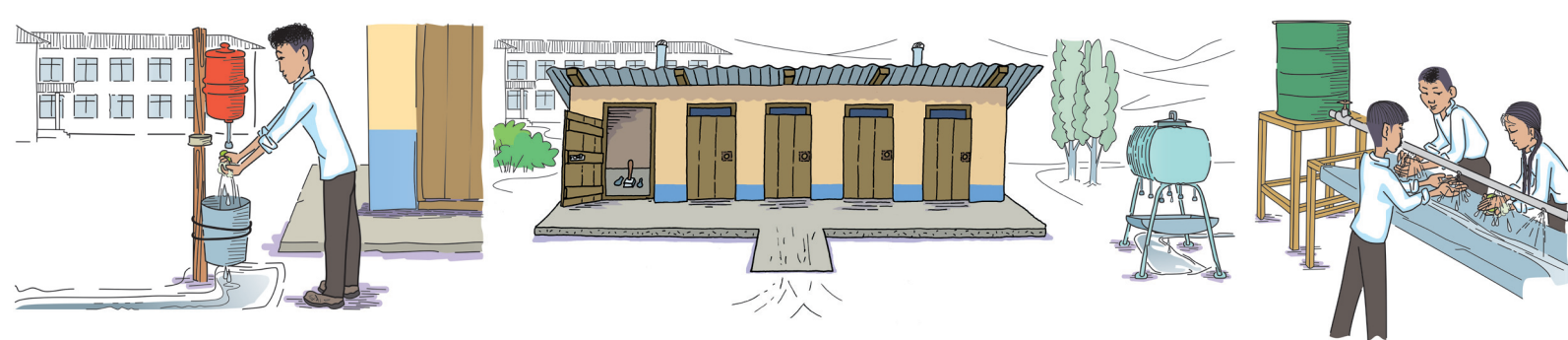


Вода, Санитария и Гигиена для ШКОЛЬНИКОВ

РУКОВОДСТВО ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ



юнисеф 

объединимся
ради детей

Ноябрь 2012



UNICEF

Отдел программы / ВСГ
3 United Nations Plaza
New York, NY 10017 USA
www.unicef.org/wash/schools

Комментарии представляют персональные взгляды авторов и необязательно отражают позиции Детского Фонда Организации Объединенных Наций.

Обозначения, использованные в этой публикации и презентация материала, не подразумевают со стороны Детского Фонда Организации Объединенных Наций (ЮНИСЕФ) выражение любого мнения, каким-либо образом касающегося законного статуса любой страны или территории, или ее властей, или делимитации ее границ.

Вода, Санитария и Гигиена для школьников РУКОВОДСТВО ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ

Содержание

Благодарности	3
1 Предисловие	4
Работа с другими	4
Чтобы узнать больше	4
2 Введение	5
Об этом руководстве	5
Для кого это руководство	5
Подход	5
3 Дети и ВСГ	6
Как дети и взрослые могут заболеть	7
Создание устойчивых барьеров для остановки передачи	7
4 ВСГ-дружелюбные школы	8
Видимость внутри общества	8
Вовлеченность – доступ для каждого ребенка	8
Устойчивость – поддержание того, что сделано	9
5 Обучение ВСГ поведению и практикам	10
Установка ежедневной рутины	10
Дети – ВСГ лидеры	11
Клубы здоровья детей и ВСГ комитеты	11
Покажи и расскажи о деятельности	11
Поощрения и обратная связь	12

Содержание

6	Тема первая: Мытье рук с мылом	13
	Изменение старых привычек	13
	Хорошие причины для мытья рук с мылом	14
	Обучаем детей мытью рук	14
	Устройства для мытья рук	15
7	Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов	17
	Использование туалетов	17
	Содержание туалетов	18
8	Тема третья: Безопасная питьевая вода	19
	Сбор воды	19
	Транспортировка и хранение воды	20
	Обработка воды	20
	Безопасное хранение воды	21
9	Тема четвертая: Персональная гигиена для мальчиков и девочек	22
	Менструальная гигиена	22
10	Тема пятая: Содержание нашей школы в чистоте	24
11	Тема шестая: ВСГ вне школы	26
	Послания для продвижения хорошей ВСГ практики	26
	Поддержка детей в роли воспитателя	26
	Приложение 1: Темы и упражнения	27
	Приложение 2: Описание упражнений	30
12	Тема седьмая: Геофагия или привычка есть землю	56
	Приложение 3: Индекс флеш-карт	59

Признательность

Эта книга - результат совместного рабочего процесса многих сотрудников из офисов ЮНИСЕФ разных стран, региональных офисов и штаб-квартиры в Нью-Йорке. Инициатива, предложенная Муратом Сахин, советником по ВСГ в школах, вовлекла следующих людей и их коллег, которые внесли свои идеи и работали над этим руководством: Эмили Бамфорд (Нью-Йорк), Лиза Бендер (Нью-Йорк), Джейн Беван (Западная и Центральная Африка), Паула Клейкомб (Нью-Йорк), Тереза Дулей (Нью-Йорк), Эми Фаркас (Нью-Йорк), Пьер Фуркассе (Ближний Восток и Северная Африка), Анна Мария Гвиней (Южная Азия), Вильям Феллоуз (Нью-Йорк), Грег Кист (Канада), Амара Кон (Гаити), Крис Маккормик (Западная и Центральная Африка), Белла Монсе (Филиппины), Иордан Найдо (Нью-Йорк), Андро Паркер (Нью-Йорк), Роберт Сальтори (Тайланд), Сауталак Сизалеумсак (Демократическая Республика Лаос), Иисус Трель Батист (Америка и Карибы), Давид Тсетце (Восточная и Южная Африка), Карлос Вакез (Нью-Йорк) и Эсен Турсубеков (Кыргызстан).

Особую благодарность нужно выразить Бобу Линей, создателю флеш-карт и Сью Коатс, консультанту по концептуализации и разработке руководства.

1 Предисловие

Программа Вода, Санитария и Гигиена (далее ВСГ) в школах призвана улучшить доступ к безопасной питьевой воде, улучшенным санитарным удобствам и продвигает здоровье на протяжении всей жизни детей и их семей. Обеспечение доступа к воде, санитарии и гигиене в каждой школе и для каждого ребенка может быть очень сложной задачей. Однако, школы являются важным местом, где необходимо обеспечить доступ к базовым водным и санитарным услугам и проводить изучение гигиены.



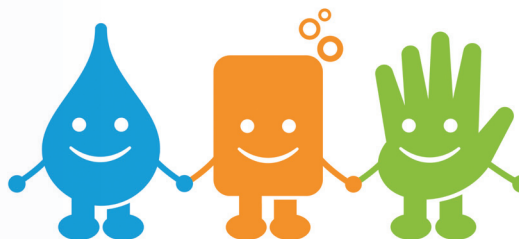
Работа с другими

Это руководство предназначено для тех, кто вовлечен в обучение и работу с детьми. Оно содержит простые стратегии для использования и адаптации при работе с детьми и их семьями.

Программы ВСГ проводятся не только в школах. Другие организации и общественные группы также используют хорошие примеры ВСГ практик. Опыт этих агентств должен быть использован везде, где это только возможно для обеспечения эффективного планирования и исполнения программы.

Чтобы узнать больше

Если Вы хотите узнать больше о ВСГ в школах, свяжитесь с Управлением образования на местах или Министерством образования и науки КР. Вы также можете связаться с ЮНИСЕФ и региональными представителями ЮНИСЕФ.



2 Введение

Об этом руководстве

Руководство предоставляет информацию, необходимую для того, чтобы каждый ребенок знал о воде, санитарии и гигиене. Это не техническая книга об установлении кранов или построении туалетов. Вместо этого оно предоставляет инструкции по безопасному ВСГ поведению, которые помогают детям, семьям и учителям оставаться здоровыми и избегать угрожающих жизни болезней. Каждая местность, где живут дети и есть школа, разные, поэтому представленные рекомендации и идеи должны быть адаптированы соответственно с местной ситуацией.

Набор флеш-карт представлен как дополнение к руководству. Рисунки на флеш-картах адаптированы для Кыргызстана.

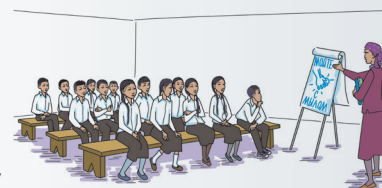
Для кого это руководство

Руководство предназначено для людей, которые работают с детьми в школах. Использование руководства не требует специальных навыков, знаний или опыта по ВСГ.

Подход

Подход является гибким, для того, чтобы поощрить обучение детей, и содержит три основных принципа:

- **Видимости:** все знают, что школа ВСГ - дружелюбная к детям.
- **Вовлеченности:** все дети, включая детей с ограниченными возможностями, владеют информацией.
- **Устойчивости:** послания по ВСГ повторяются по прошествии времени для поддержания устойчивого изменения поведения.



Целью руководства по ВСГ является наделение детей способностью практиковать выученные темы. Имеются семь тем по ВСГ: каждая для каждого дня школьной недели. Первые три темы изучаются в течение трех месяцев начала школьных занятий, потому что они наиболее важные для здоровья. Следующие четыре можно распланировать в течение всего школьного года. А также каждая школа может составить индивидуальный план ежемесячных занятий по ВСГ (одна тема в месяц).

Для каждой темы предложены практические действия. Они могут использоваться как отдельные действия или быть интегрированными в основные предметы, такие как математика, язык и др. Все действия могут быть адаптированы к нуждам маленьких и больших детей.

ВСГ темы

Тема первая: Мытье рук с мылом

Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов

Тема третья: Безопасная питьевая вода

Тема четвертая: Персональная гигиена для мальчиков и девочек

Тема пятая: Содержание нашей школы в чистоте

Тема шестая: ВСГ вне школы

Тема седьмая: Геофагия или привычка есть землю

3 Дети и ВСГ

В ежедневной жизни дети имеют право быть вовлеченными в решения, которые влияют на них.

Как взрослые, так и дети хотят лучшей жизни для себя и своих семей. Дети - хорошие коммуникаторы, имеют великолепные идеи и предпринимательские навыки. Но им нужна надежная, соответствующая их возрасту, информация. Будучи оснащенными такой информацией, они могут помочь другим меняться к лучшему.



Дети наиболее подвержены угрожающим их здоровью и жизни болезням и состоянию, таким как: диарея, острые респираторные инфекции, малярия, корь, а также глазные инфекции, гельминтозы, холера и недоедание.

Плохо питающийся ребенок может не восстановиться после диареи, и это может привести его к смерти. Незнание практик гигиены и отсутствие соответствующей питьевой воды и санитарии значительно увеличивают эти риски.

Распознать и лечить диарею

Во избежание последствий, дети должны быть способными распознавать симптомы диареи и потребовать немедленной помощи. Неспособность сделать это может привести к гибели из-за обезвоживания. Наиболее известные признаки диареи следующие:

- Испражнения чаще обычного
- Нужда в питье больше обычного
- Головокружение и головные боли
- Усталость
- Рвота
- Необычно сухие рот, губы и глаза
- Мочеиспускание меньше обычного.



Медицинские работники в школах или по месту жительства должны научить родителей методу регидратации - это когда дети пьют приготовленный раствор регидрона для остановки обезвоживания, прекращения рвоты и снижения количества выходящих испражнений. Они также могут дать детям таблетки с цинком. Очень важно, чтобы дети в период болезни:

- Использовали туалет, не испражняться в открытом месте
- Пили воду в количествах больше обычного для восстановления потерянной жидкости
- Продолжали есть, даже в малых количествах для борьбы с болезнью
- Мыли руки с мылом после использования туалета и перед тем, как трогать пищу или есть.

Как дети и взрослые могут заболеть

Наиболее распространенный путь заражения для детей и взрослых - это проглатывание личинок, находящихся в испражнениях. Диаграмма демонстрирует так называемый «фекально-оральный»* путь передачи. В диаграмме показано, как личинки, находящиеся в испражнениях, через мух, пальцы, жидкости и пищу передаются от человека к человеку.

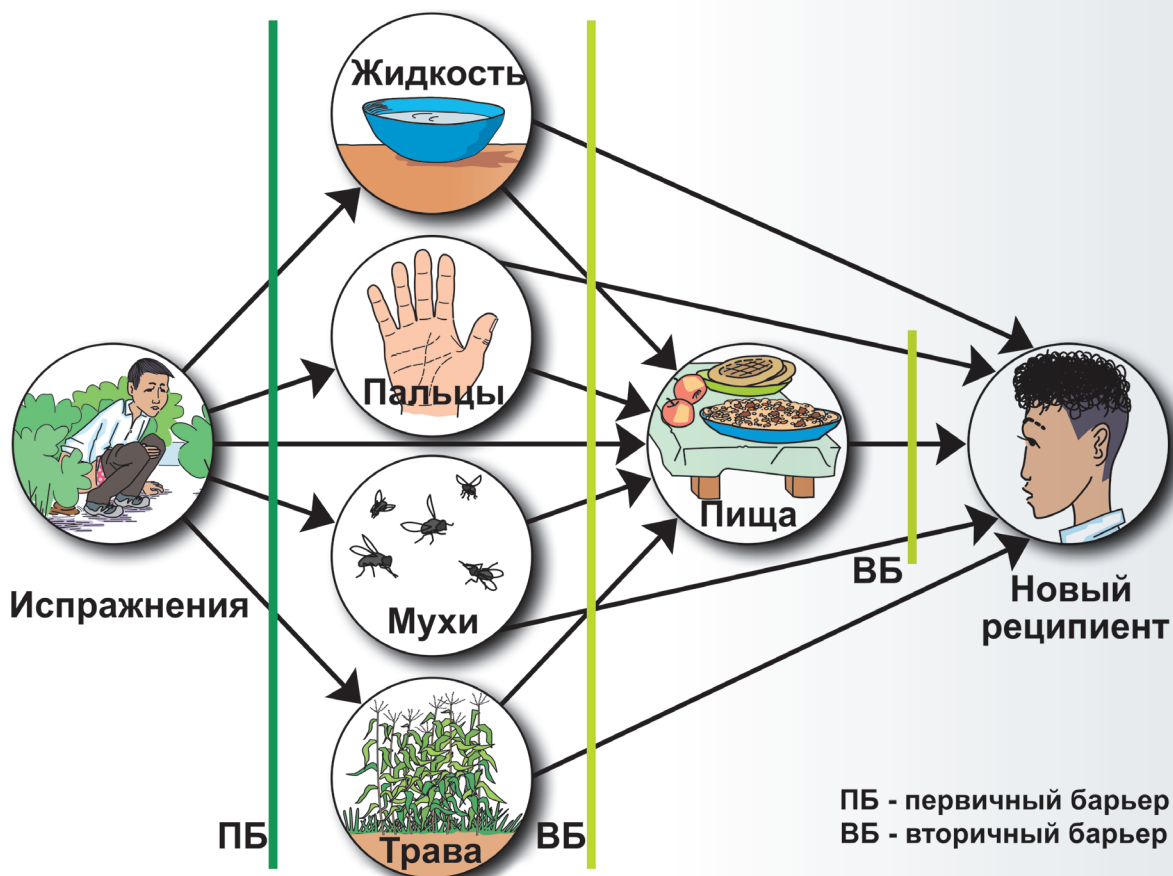
Создание устойчивых барьеров для остановки передачи

«Фекально-оральная» передача инфекции останавливается, когда дети и взрослые правильно и регулярно применяют барьеры. Имеются три существенных барьера, которые останавливают распространение болезни:

- Все должны мыть руки с мылом после посещения туалета или подмывания маленького ребенка и перед тем, как трогать пищу или есть.
- Все должны пользоваться туалетом – не испражняться на открытом месте.
- Все должны пить воду, которая набирается, транспортируется, проверяется, хранится и используется правильно.

Дети должны понимать и знать, как защитить себя от болезней, особенно диареи. Их уровень понимания будет зависеть от их возраста и от того, насколько просто им было дано объяснение.

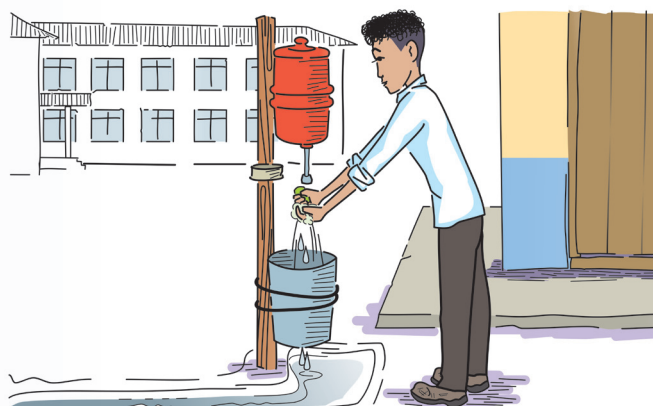
*Фекально-оральный путь передачи - это когда возбудитель попадает в организм через загрязненные (фекалиями) воду, продукты питания, предметы домашнего обихода.



4 Дружелюбные школы

ВСГ дружелюбная школа - это место, где все: дети, учителя и более широкое школьное сообщество внедряют и используют три существенных практики для лучшего и крепкого здоровья:

- Все должны мыть руки с мылом после посещения туалета и перед тем, как трогать или принимать пищу.
- Все должны пользоваться туалетом – не испражняться на открытом месте.
- Все должны пить воду, которая набирается, транспортируется, проверяется, хранится и используется правильно.



ВСГ в школах руководствуется тремя основными принципами: видимости, вовлеченности и устойчивости.

Видимость внутри сообщества

Запуск ВСГ в школах можно отметить как событие. Дети, учителя и родители должны участвовать в планировании и проведении мероприятий. Это дает позитивный обучающий эффект. Вовлечение более широкого сообщества для участия в мероприятиях в течение календарного года поможет поддержать долгосрочное внедрение программы, особенно в вопросах мониторинга прогресса. Использование инструментов, таких как: плакаты и флеш-карты, а также общение «лицом к лицу», повышают видимость внутри сообщества.

ВСГ мониторинг в школах

ЮНИСЕФ опубликовал “Пакет мониторинга в ВСГ школах” для укрепления национальной системы мониторинга и усовершенствования качества мониторинга в школах. Его можно также найти на сайте:

www.unicef.org/wash/schools.

Вовлеченность – доступ для каждого ребенка

Качество ВСГ может помочь или мешать доступу к образованию. Плохая гигиена, санитария и вода вне школы могут означать, что большое количество детей слишком больны, чтобы посещать школу, потому что они страдают от постоянных случаев диареи или глистной инвазии. Старшие девочки могут отсутствовать каждый месяц, потому что в школе нет удобств для соблюдения гигиены во время менструации. Дети с ограниченными возможностями не могут посещать школу, потому что ВСГ удобства (туалеты, умывальные комнаты) не доступны для них. Девочки и мальчики могут иметь слишком мало времени для учебы, потому что они проводят много времени набирая и доставляя воду домой.



Выяснение того, как плохие ВСГ условия оказывают негативное влияние на детей и их образование, поможет школам и сообществу найти решения. Эта информация может быть получена через опросы, когда дети, действуя как «глаза и уши», отчитываются о том, что они видели и слышали. Это также поможет детям думать о том, как ВСГ влияет на их собственные семьи.



В школе каждый может поддержать внедрение ВСГ. Группы действия, созданные детьми, например: кружки здоровья или комитеты, могут взять ответственность за разные виды деятельности при поддержке учителя или родителя-волонтера. Родительский комитет может помочь мотивировать других родителей присоединиться. Там, где сообщество и школа действуют сообща, можно координировать годовой ВСГ план для школы, определять роли и ответственность для всех участников. В этом плане можно определить те санитарные объекты, которые будут улучшены, материалы, которые необходимо иметь каждый месяц (например, мыло), список дат для проведения разной деятельности и график мониторинга.

Устойчивость – поддержание того, что сделано. Школы ответственны за общее руководство программой ВСГ: использование школьных источников воды, туалетов, умывальников для мытья рук и образование по гигиене. Это включает ежедневный уход, мониторинг правильного использования и улучшение санитарных объектов с течением времени.

Для того, чтобы стать ВСГ - дружелюбной школой, требуются время и усилия. Успех зависит от многих вещей, поэтому лучше определить приоритеты и вовлечь как можно больше людей в каждый вид деятельности. **Лучше делать мало, но качественно, чем спешить, делая все одновременно.**



5 Обучение ВСГ поведению и практикам

Изменять поведение или перенимать новые практики нелегко. Дети могут часто забывать то, что они узнали или просто могут иметь более привлекательные дела для занятий. Если установить ВСГ как часть каждодневной жизни, то это поможет «привязать» новые поведения и практики.

Установка ежедневной рутины

Используя слова и послания о ВСГ каждый день, можно добиться того, что новые практики будут интегрированы в ежедневную рутину ребенка. Эти слова и послания можно говорить во время школьного собрания или перед уроками. Этот простой метод будет укреплять хорошие ВСГ поведения и практики.



Дети могут управлять этим видом деятельности, исполняя песню, проводя театрализованные представления, разделив ответственность за повторение послания в течение дня.

Очень хорошо использовать время школьных завтраков для регулярного мытья рук с мылом всеми. Координация этой общей школьной практики означает, что дети и взрослые начинают принимать хорошую гигиену, как важную и социальную часть их дня.



Говорить об испражнениях

Невозможно узнать о ВСГ, не говоря об испражнениях. Смущение или нервозность по поводу использования слова «испражнения» не поможет детям получить жизнесберегающие навыки.

Термин «испражнения» может быть не знаком многим детям, особенно младшим. Но они понимают местный термин, такой как «какашки». Если ввести это слово-табу в обычный разговор, то можно сделать его применяемым и закрепить.

Во многих языках существует используемый всеми термин для человеческих испражнений. Вот некоторые примеры: кака (французский); пан (вьетнамский); ут-джаа-ра (тайландский); мави (суахили); фезес или мерда (португальский); какка (итальянский); мазу (тонга); гол (пушту); тинжа (индонезийский); пуу или пууп (английский); какита или кака (испанский); ааи (тамил); биян биян (китайский); паикана или хагуу (бангладешский); какка (арабский).

Дети – ВСГ лидеры

Когда дети учат и передают информацию другому человеку, включая другого ребенка, они становятся «равными учителями». Это случается формально, через презентации и ролевые игры и неформально, во время простых разговоров и игр.

Образование от равного - равному является эффективным внутри и вне школы. Например, дети могут сделать объявление через школьный радиозузел или радиозузел в селе о хранении и использовании воды в домашних условиях, важности мытья рук с мылом. Подача правильной, соответствующей возрасту информации, поможет детям сделать правильный выбор.



Детские клубы здоровья и ВСГ комитеты

Детские клубы здоровья и ВСГ комитеты могут дать возможность детям вести образовательную деятельность и отслеживать ход работы. Записываясь в клубы здоровья или ВСГ комитеты, дети могут создать условия для перенимания хороших навыков гигиены. Группы могут быть сформированы по возрасту (смешанный возраст, разные группы для старших и младших детей) или по полу. Дети с ограниченными возможностями всегда должны быть интегрированы в деятельность рядом с их товарищами.



Покажи и расскажи о деятельности

«Покажи и расскажи о деятельности» - подразумевает празднование и обмен знаниями и успехами детей с товарищами, учителями, АРУ и более широким сообществом. Это является идеальным способом для детей поделиться успехами в их ВСГ дружелюбных школах. Следующие предложения могут быть использованы в этом упражнении:

Деятельность:

Один ребенок делится знаниями с другим ребенком.

Группа детей показывает прогресс другой группе.

Один ребенок беседует с членами семьи и соседями.

Группа детей пишет и представляет игру на глазах собравшихся людей.

Вся школа принимает участие в специальном ВСГ мероприятии.

Маленькая группа детей вовлекает взрослых и других детей в практическую деятельность.

Более старший ребенок рассказывает группе младших детей историю.

Ребенок показывает взрослым опасности, которые несут испражнения.

Образцы дискуссий:

“Давай я покажу тебе, где находятся туалеты и как их правильно использовать.”

“Сегодня наш класс расскажет вам о тех усилиях, которые мы прилагаем по содержанию нашей школы в чистоте.”

“В школе мы узнали, что мы должны мыть руки с мылом перед едой и после туалета. Если мы не будем делать этого, то все заболеем...”

“Спасибо за то, что пригласили нас к себе. Мы надеемся, что вы получили удовольствие от нашей игры о питьевой воде...”

“Следующий месяц является месяцем Всемирного дня мытья рук и школы празднуют его по всему миру... Давайте присоединимся к ним!”

“Здравствуйте, мы организуем день по уборке в школе. Не поможете ли вы нам?”

“Меня зовут... Сегодня я собираюсь рассказать вам историю о...”

(Указывая на какашки) «Здесь мы видим что-то какашки. Это отвратительно!» (сделайте лицо, демонстрирующее отвращение).

Поощрение и обратная связь

Важно поощрять детей, учителей и взрослых (таких, как членов АРУ) для развития и поддержания устойчивости в деятельности по ВСГ. Имеется много способов для поощрения детей вовлеченных в ВСГ деятельность, включая:

- Назначение детей как ВСГ учителей или посланников
- Выдача сертификатов за ВСГ достижения
- Поддержка при проведении театрализованных выступлений и акций
- Поощрение ВСГ достижений по заслугам или использование диаграммы звезд.

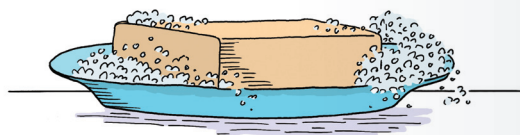
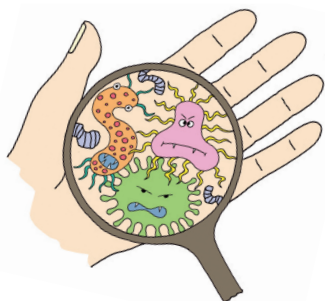


6 Тема первая: Мытье рук с мылом

Мытье рук с мылом спасает жизни. Это один из наиболее важных посланий, потому что он самый простой и самый эффективный способ для предотвращения диареи и острых респираторных инфекций.

Дети должны знать, что:

- Мытье рук только водой не достаточно – всегда нужно использовать мыло.
- Критические моменты для мытья рук с мылом: (1) после туалета; (2) перед тем, как трогать пищу или есть; и (3) после подмывания маленького ребенка или оказания помощи ребенку сходить в туалет.



Дети и взрослые часто знают о том, что они должны мыть руки с мылом, но не делают этого из-за разных причин. Например, они говорят: «Мои руки не выглядят грязными» или «Я знаю, что я должен мыть руки, но никто не заметит, если я не сделаю это».

Изменение старых привычек

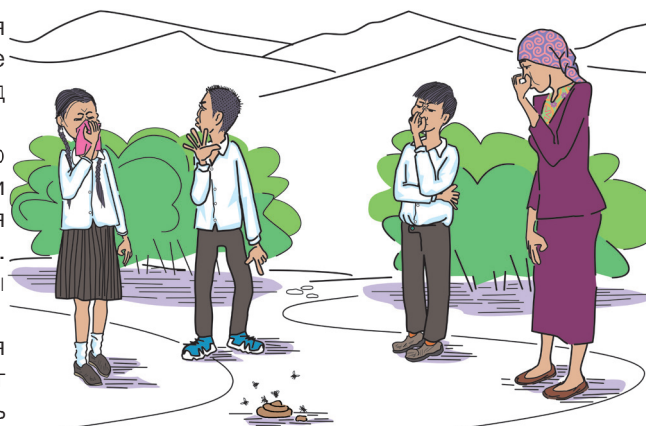
Запоминание о мытье рук с мылом в эти критические моменты часто приводит к изменению старых привычек. Но это нелегко, и изменение не происходит сразу после первого урока. Необходимы постоянные усилия со стороны учителей и семьи. Привитие нового поведения по гигиене также требует убеждения, которое обычно бывает в форме «подталкивания» – опыта в том, что слышал или видел. Это мотивирует людей изменяться, потому что они вдруг видят реальную причину для этого.

Вы бы стали есть испражнения?

Идея о том, чтобы есть испражнения (какашки) является отвратительной. Хотя это и происходит, если руки не вымыты с мылом после посещения туалета и перед едой.

Практика анальной очистки после туалета неизбежно означает, что руки контактировали с вызывающими болезни патогенами (глисты, бактерии), находящимися в испражнениях. Этих глистов не видно, но они там. Немытые руки дотрагиваются до пищи, и патогены вскоре вступают в контакт со ртом.

Когда дети и взрослые осознают это, им становится совсем отвратительно. Это чувство отвращения может мотивировать их запомнить о том, чтобы всегда мыть руки с мылом.



Хорошие причины для мытья рук с мылом

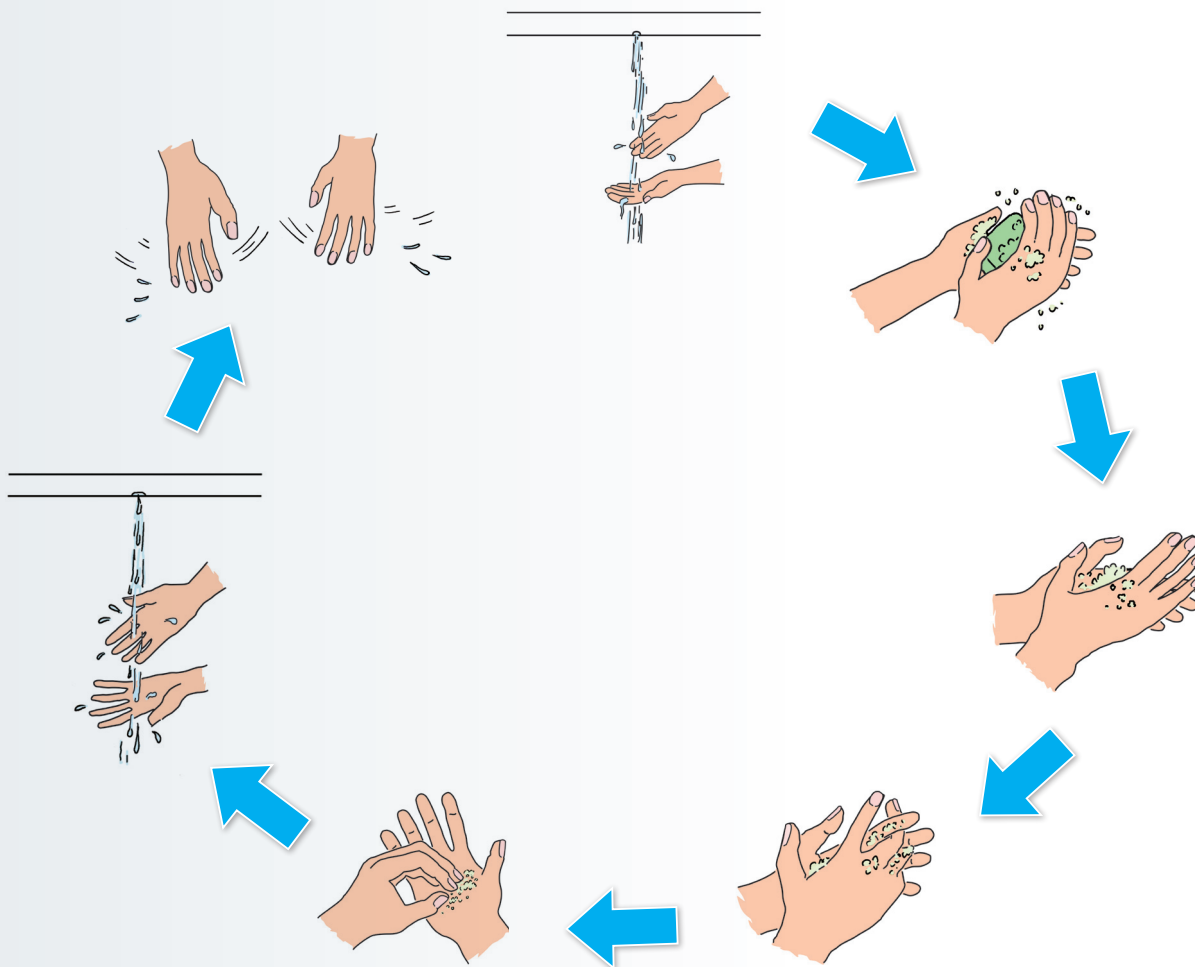
Обучение детей о том, как глисты передаются от одного человеку к другому – может быть очень скучным. Причины, по которым ребенок **запомнит** о мытье рук с мылом, вряд ли будут связаны со здоровьем. Поиск и объяснение причин, каковы бы они ни были, является важным шагом в сторону изменения поведения мытья рук.

Поиск и использование креативных и соответствующих разным возрастам способов объяснения важности мытья рук с мылом также может быть эффективным. Игры, театрализованные представления, песни, ритмы и напевы - все это поможет детям запомнить о мытье рук веселясь.



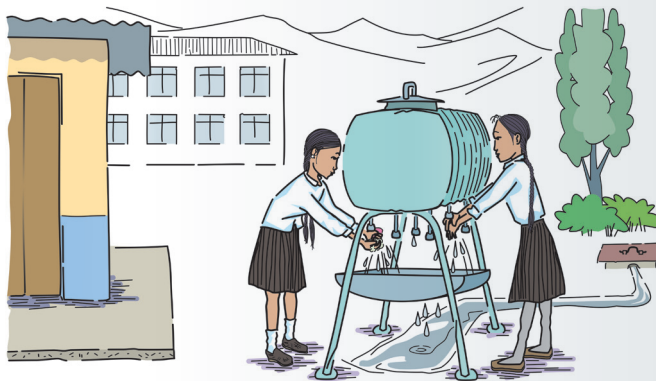
Обучаем детей мытью рук

На схеме показана правильная последовательность мытья рук. Придуманная песня и поэма также может помочь детям запомнить правильную последовательность и действия.



Устройства для мытья рук

Каждая школа должна иметь устройства для мытья рук возле туалетов. Имеются разные типы устройств, включая простые приспособления, как опрокинутый кран и более постоянные устройства, такие как труба с отверстиями. Такие установки будут вовлекать детей в заботу о том, чтобы вода и мыло были всегда в наличии. Система трубы с отверстиями или шланга



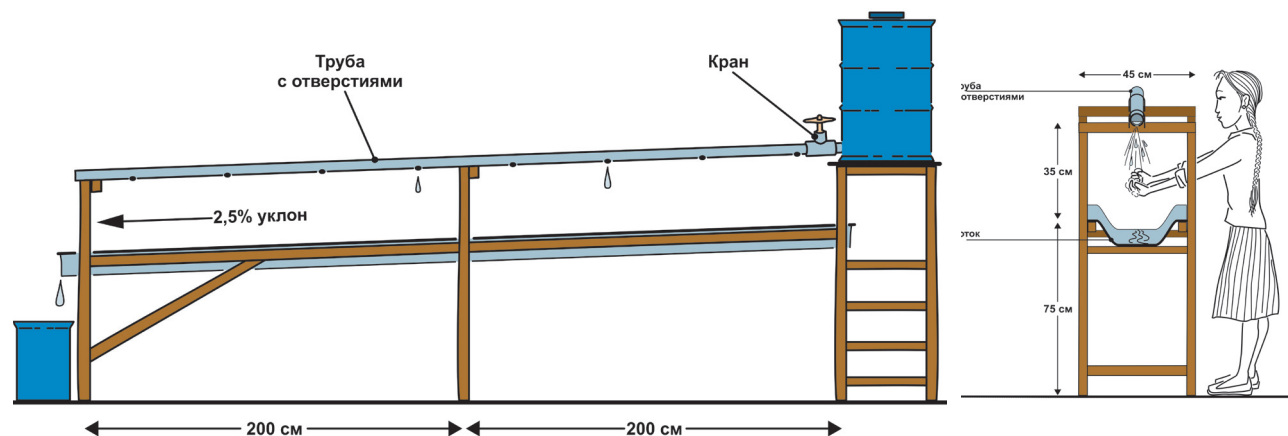
Труба с отверстиями

является низкзатратным устройством для мытья рук, несколько детей могут мыть руки в одно и то же время, используя небольшое количество воды.

Ее можно сделать из дерева, оцинкованного железа или поливинил хрома (ПВХ) – устройство не зависит от трубопроводной воды или напора воды.

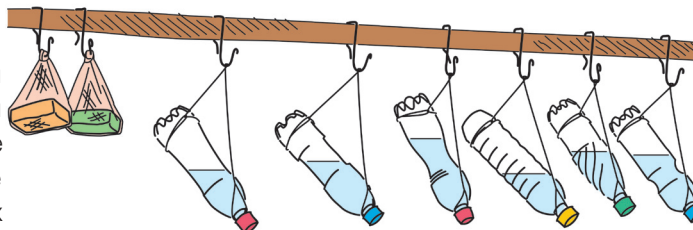
Вода хранится в закрытом контейнере с отверстием для крепления трубы. Вдоль трубы сделаны маленькие отверстия, откуда будет идти вода.

Система трубы с отверстиями для мытья рук может быть сконструирована в школах, основываясь на следующей схеме:

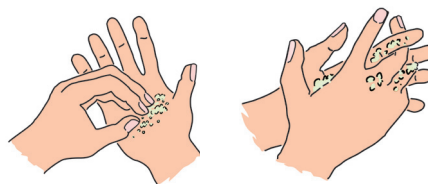


Опрокинутый кран

В ситуациях с очень ограниченными ресурсами, опрокинутые краны обеспечивают простое и эффективное удобство для мытья рук. Опрокинутые краны делаются из использованных пластиковых бутылок для воды, которые подвешиваются на простую деревянную рамку, дерево или столб. Нужно чтобы они были доступны для маленьких детей и детей с ограниченными возможностями. Мыло должно быть расположено рядом над землей.



Ряд опрокинутых кранов позволяет нескольким детям мыть свои руки в одно и то же время. Опрокинутые краны могут быть легко сделаны с помощью детей и членов сообщества. Если сделать такое устройство, то дети могут проверять уровень воды каждый день и менять мыло по необходимости. В зависимости от имеющихся бутылок, каждый класс мог бы иметь свое собственное устройство.

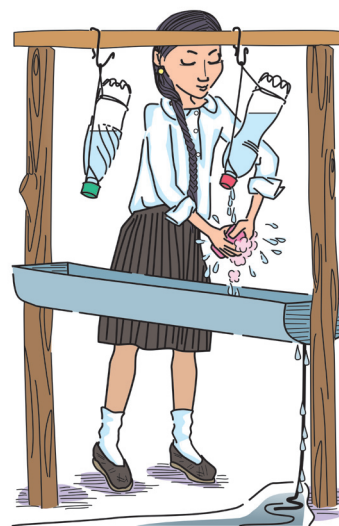


Как сделать опрокинутый кран

Шаг 1: Привяжите кусочек веревки вокруг верхней и нижней части бутылки, так чтобы сделать вешалку. Сделайте узел в верхней части, чтобы веревку можно было развязать и завязать снова (если бутылка не подвешивается на крючки).

Шаг 2: Наполните бутылку водой. Если имеется закручивающаяся крышка, удостоверьтесь, что она плотно закрыта и сделайте несколько маленьких отверстий сверху. Это для того, чтобы вода могла капать, когда бутылку наклоняют.

Шаг 3: Привяжите бутылку к рамке, дереву или столбу так, чтобы бутылка свисала вертикально, используя вес воды.



Чтобы использовать опрокинутый кран, аккуратно наклоните бутылку в сторону ваших рук, пока вода медленно не закапает. Если вода будет капать слишком быстро, то и бутылка быстро опустеет!

Дизайн опрокинутого крана может быть адаптирован к местным условиям. Некоторые страны, например, имеют педальную систему во избежание контакта рук с бутылкой.

7 Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов

Правильное избавление от экскрементов (испражнения и моча) создает барьер против распространения диареи. По этой причине все должны использовать туалет. Открытое испражнение – на улице, а не в туалете – является неправильным избавлением от экскрементов. Узнавая, как использовать туалет, дети должны знать, что:

- Испражняться в открытом месте нельзя – всегда необходимо использовать туалет или специально отведенное место.
- Правильное избавление от испражнений снижает риск болезней.
- Туалеты должны содержаться в чистоте.

Во всех школах должны быть туалеты. Если его нет, то родители, местное сообщество и местная власть должны помочь в строительстве школьного туалета.

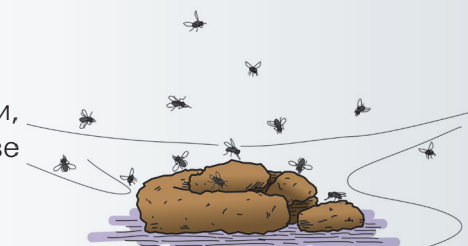
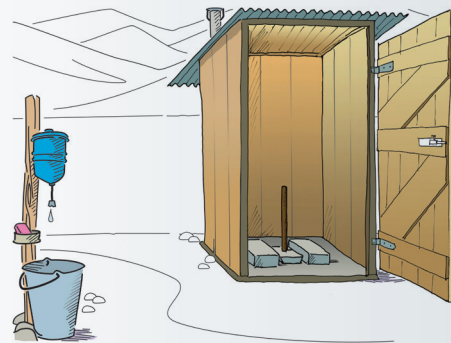
Использование туалетов

В школах и семьях, где есть ямочные туалеты, надо научить детей использовать их. Некоторые дети могут не знать предоставленный тип туалета, а другие могут не знать для чего он. Поэтому необходимо, чтобы кто-нибудь потратил свое время и показал им как его использовать.

Специфичную информацию о разных типах туалетов, как они работают и как удостовериться в том, что они доступны всем детям, можно получить от местных (сельские общественные объединения потребителей питьевой воды /СООППВ/, сельские комитеты здоровья /СКЗ/) и международных организаций (представительство ЮНИСЕФ в регионах).

Туалеты могут быть не популярными из-за запаха, мух, комаров, из-за того, что они загрязнены другими пользователями. Темные помещения могут быть пугающими для маленьких детей, особенно девочек, которые боятся ходить одни в туалет рано утром или ночью из-за страха домогательства, насилия и изнасилования.

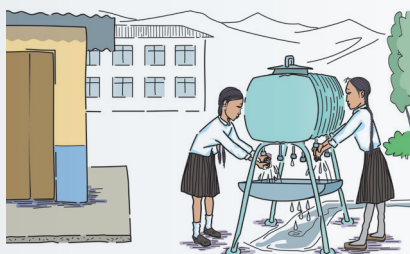
Разные сообщества имеют суеверные понятия об использовании туалета, которые влияют на детей. Важно развеять любые страхи.



Содержание туалетов

Туалет, скорее всего, будет использоваться, если он чистый. Ежедневные задания по поддержке туалета в чистоте включают:

- Чистка плит и стен щеткой, подметание и мытье пола
- Вынос мусора
- Восполнение чистящих средств
- Добавление пепла в яму для экосантуалетов
- Проверка и замена мыла и воды для мытья рук
- Проверка, что двери и замки работают надлежащим образом
- Содержание территории вокруг туалета чистым: без луж и мусора.

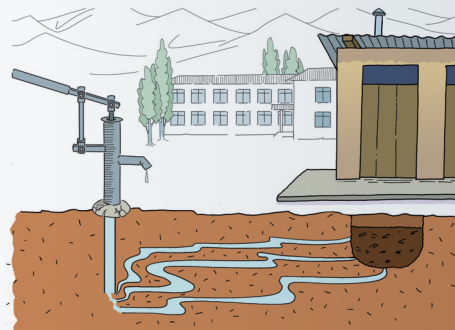


8 Тема третья: Безопасная питьевая вода

Школьники и учителя нуждаются в воде, которая безопасна, доступна в соответствующем количестве для питья, приготовления пищи и индивидуальной гигиены.

Дети должны научиться:

- Всегда использовать воду из надежных источников.
- Следить за тем, чтобы питьевая вода хранилась в безопасных условиях.
- Набирать, перевозить, хранить и использовать питьевую воду правильно.
- Всегда помнить, что грязная, зараженная вода может навредить здоровью.
- Когда трудно достать безопасную питьевую воду, она может быть предоставлена властями и помогающими агентствами.



Школьная питьевая вода

Детям нужно 1-2 литра чистой воды для питья каждый день. Эта вода должна храниться в классах или в других помещениях, но так, чтобы дети имели свободный доступ к ней. Питьевая вода должна храниться в чистых канистрах или других закрытых контейнерах с крышками для предотвращения загрязнения от рук, грязи и насекомых.

По возможности, каждый ребенок должен иметь свою кружку, а лучше бутылку или другой контейнер с питьевой водой для себя.

Вода также необходима в школах для приготовления пищи, уборки и мытья рук.



Сбор воды

Когда снабжение питьевой водой ограничено, люди вынуждены брать воду с рек, прудов, колодцев, цистерн и водоемов, где она может быть загрязнена. Дети, используя эти знакомые источники, могут не осознавать опасности своему здоровью. Опасными местами могут быть те, где:

- Люди испражняются в источник или около источника воды
- Животные используют тот же источник
- Останки животных были оставлены возле источника
- Источник воды находится рядом с поврежденным туалетом
- Вода больше не очищается из-за неработающего очистного оборудования
- После сильного дождя и потопа дренаж для дождевой воды находится в плохом состоянии
- Грязная вода, текущая сверху, попадает в родники и водоемы.



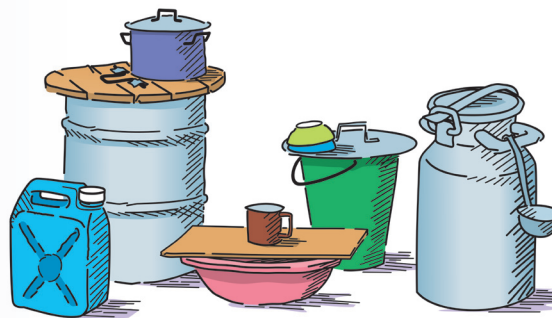
По возможности, питьевая вода должна быть получена из специально построенных цистерн, емкостей для воды, колодцев или насосов.



Транспортировка и хранение воды

Вода должна собираться и транспортироваться в закрытых чистых контейнерах.

В домашних условиях вода должна храниться в закрытых контейнерах для предотвращения загрязнения. Контейнеры необходимо держать вне доступа от маленьких детей. Питьевая вода должна переливаться из контейнера в чистые чашки.



Обработка воды

Правильная обработка воды делает ее безопасной для питья. В зависимости от местных обстоятельств, имеется два распространенных метода обработки воды:

Дезинфекция кипячением, хлорированием или воздействием солнечных лучей.

Фильтрация пропуском воды через керамический или песчаный фильтр.

Какой бы метод ни использовался, дети должны знать о том, как обрабатывать воду для питья. Если используются таблетки хлорина, дети должны знать рекомендуемые дозы и процедуру обработки. Если используется кипячение, то вода должна кипеть, по крайней мере, 10 минут, чтобы удостовериться, что все патогены были убиты перед использованием.



Кипяченая вода должна храниться в течение 24 часов в закрытом сосуде во избежание повторного загрязнения. Малое количество воды можно дезинфицировать солнечным светом. Для этого бутылки наполняют профильтрованной чистой водой и выставляют на солнце (обычно на крышу) на 6 часов.



Безопасное хранение воды

Вода нужна не только для питья и приготовления пищи. Она также используется для купания, стирки и игр.

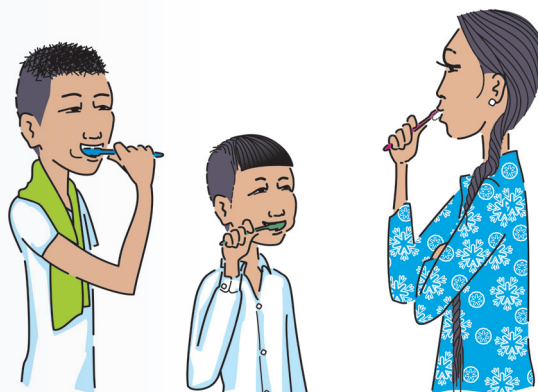


9 Тема четвертая: Персональная гигиена для мальчиков и девочек

Дети нуждаются в постоянных напоминаниях и подталкивании к практике хорошего гигиенического поведения. То, что они узнают в детстве, закрепляется на всю жизнь. Кроме мытья рук с мылом, дети должны регулярно чистить зубы и стричь ногти на руках и ногах. Старшие девочки также нуждаются в поддержке по изучению навыков менструальной гигиены. Все дети должны научиться, как:

- Содержать ногти на руках и ногах подстриженными и чистыми.
- Чистить зубы как минимум 2 раза в день.
- Содержать волосы чистыми, причесанными и подобранными назад для предотвращения заражения вшами или клещами (которые вызывают чесотку).

У каждого ребенка должен быть индивидуальный гигиенический набор, содержащий зубную пасту, зубную щетку, ногтестрижку, мыло, полотенце и расческу. Очень важно, чтобы взрослые научили детей, как и когда использовать предметы из этого набора. Чистка зубов должна контролироваться взрослыми (родителями, учителями) каждый день и стрижка ногтей раз в неделю.



Менструальная гигиена

У старших девочек (9-14 лет) наблюдается менструация в течение 3 - 7 дней каждый месяц. Девочки, которые могут открыто разговаривать с учительницей о менструации, справляются лучше, чем скрытные девочки, в результате мифов и табу. Важно, чтобы старшие девочки имели шанс узнать, что:

- Менструация является нормальным физиологическим явлением в развитии девочки.
- Находиться в школе во время менструации – это нормально.
- Менструация – это здоровый процесс самоочищения организма девочек в течение нескольких дней каждый месяц. Это так же, как испражняться (писать или какать), поэтому не надо стыдиться. Однако надо соблюдать гигиенические и санитарные правила при менструации.
- Желательно пользоваться одноразовыми гигиеническими прокладками, которые необходимо менять через каждые 3-4 часа.
- Во время замены гигиенических прокладок или санитарных материй нужно подмыть наружные половые органы водой с мылом.
- Использованные гигиенические прокладки нужно сложить в целлофановый пакетик и выбросить в мусорное ведро.

- При использовании санитарных материй их нужно регулярно менять и промывать.
- После обращения с прокладками или санитарными материями нужно обязательно мыть руки с мылом.
- Боль от брюшных спазм во время менструации является обычным явлением. Для снижения боли девочке рекомендуется отдохнуть в отдельном месте отдыха (например, медпункт).
- Туалеты для девочек должны использоваться только девочками. Каждая девочка имеет право на уединение, чтобы не смущаться и избежать насмешек.

Умение управлять менструацией в школе

В течение нескольких дней, около одного раза в месяц, у девочки, достигшей половой зрелости, будет выделяться секреция, кровь и ткани из матки естественным и здоровым способом. Этот процесс называется менструальным кровотечением. В это время девочка использует гигиенические прокладки или санитарные материи.

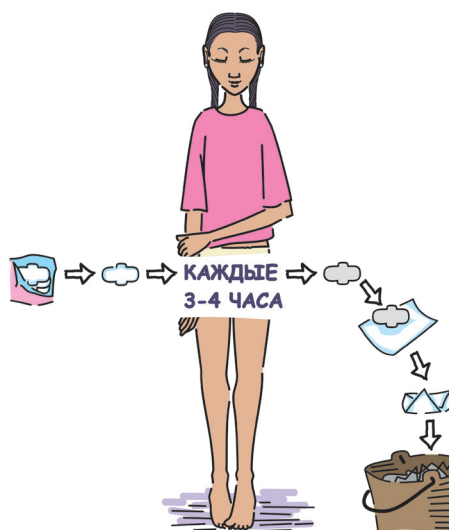
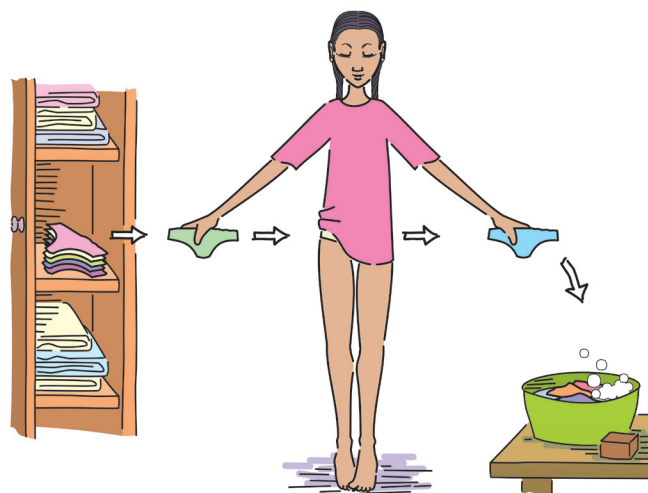
Хотя многие девочки имеют доступ к гигиеническим прокладкам, некоторые используют моющиеся и вновь используемые санитарные материи (марли).

В дополнение к продвижению основных посланий по гигиене школы должны постараться предоставить для девочек:

- Туалеты с дверями, которые могут закрываться изнутри.
- Гигиенические прокладки или санитарные материи для использования во время менструаций.
- Мыло и воду для мытья рук.
- Мыло и воду для подмывания наружных половых органов.
- Возможность уединения в специальном месте для восстановления от временной боли и спазмов.

Каждая девочка должна уметь вести записи её менструального цикла в дневнике. Это поможет ей точно определять, когда ожидать следующий период и подготовиться перед тем, как идти в школу.

Вести такой подсчет очень просто с помощью обыкновенного календаря. Так, например, если период её кровотечения начинается 10 января, а следующий период 5 февраля, то этот цикл равен 26 дням. У каждой девочки циклы различаются, но большинство девочек имеют аналогичный период, который можно будет определить после нескольких месяцев записей в дневнике.



10 Тема пятая: Содержание нашей школы В ЧИСТОТЕ

Когда окружающая среда в школе содержится не правильно с точки зрения гигиены, это может быть вредным для здоровья и безопасности каждого. ВСГ дружелюбные школы заботятся об окрестностях, зданиях и удобствах школы.

Дети должны знать, что:

Мы храним нашу очищенную питьевую воду в специальных местах, над землей и вне доступа животных.



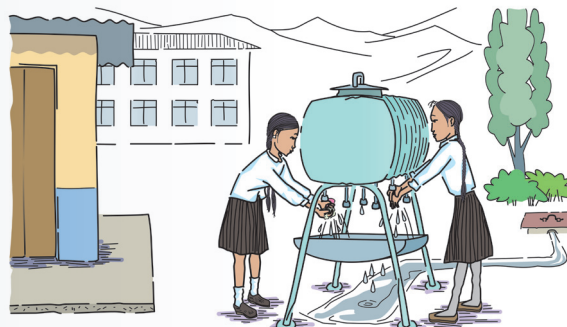
Мы не практикуем открытое испражнение – мы используем наши туалеты и моем руки с мылом.



Мы регулярно следим, чтобы площадь вокруг школы была свободна от мусора.



Мы содержим наши источники воды в хорошем состоянии и имеем отстойный пруд для использованной воды. Если это возможно, мы используем воду из отстойного пруда для наших садов.



Мы следим за правильным использованием наших туалетов и чистим их регулярно.



Мы имеем безопасное место для игр, свободное от мусора и грязной воды.



Мы вовлекаем более широкое сообщество к содержанию санитарных объектов в надлежащем состоянии, независимо от того, делят они их с нами или нет.



Дети могут быть легко вовлечены в мониторинг окружающей среды их школы:

- Проводя простое анкетное исследование для поддержки деятельности по ВСГ практикам
- Собирая данные, делая графики, анализируя и иллюстрируя прогресс
- Используя дневники для внесения ВСГ изменений, которые они сделали сами или видели вокруг себя
- Планируя, организовывая и совершенствуя разные виды деятельности.

Проведение **дня ВСГ мониторинга** поможет удостовериться, что санитарные объекты работают и содержатся в чистоте.

11 Тема шестая: ВСГ вне школы

Дети являются важными членами семьи, сообщества и социальной группы. Как отличные коммуникаторы, дети способны нести жизнесохраняющие послания за пределы школы более широкому сообществу. Дети должны знать, что ВСГ имеет значение для каждого, и мы все ответственны за свое здоровье и место, где мы живем.



Имеется много причин для того, чтобы дети говорили с другими о ВСГ. Например:

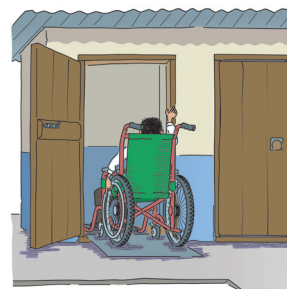
- Уязвимые дети, которые тоже должны знать о ВСГ, не всегда посещают школу.
- Дети могут влиять на поведение других детей и взрослых.
- Школа является только частью дня ребенка – люди вне школы также влияют на них.
- Детям нужна правильная информация, чтобы оставаться здоровыми, защищать себя и помогать друг другу.
- Мероприятия по предупреждению и снижению диареи означают, что все в сообществе должны перенять хорошее поведение и практику по гигиене, воде и санитарии.



Послания для продвижения хорошей ВСГ практики

Четыре наиболее важных послания для общения вне школы:

1. Всегда используйте туалет – нельзя испражняться на открытой местности.
2. Смывайте испражнения новорожденных в туалет.
3. Мойте руки с мылом в критические моменты – после использования туалета, подмывания маленького ребенка и перед тем, как прикоснуться к пище и есть.
4. Потребляйте только безопасную питьевую воду, которая была набрана, очищена и хранится соответствующим образом.



Поддержка детей в роли воспитателя

Поддержка детей в роли воспитателей развивает самооценку и укрепляет здоровое поведение.

Нужно обеспечивать детей точной информацией и удостовериться, что они используют материалы, которые понятны, интересны и важны для людей. Помощь детям необходима в решении вопроса, какое поведение может повлиять и изменить окружение и нахождении способов для обмена детьми их историями успеха.



Приложение 1: Темы и упражнения

В таблице представлены темы и упражнения, которые могут быть использованы и адаптированы при занятии со школьниками.

Описание каждого упражнения имеется в Приложении 2

Тема	Упражнение	Цель	Ссылка на флеш-карты
Тема первая: Мытье рук с мылом	Пожми мою руку!	Показать, как грязь и бактерии переходят от одного человека к другому.	1, 2, 3
	Сделать невидимое видимым!	Показать, как «чистые» руки выглядят, если мы не моем их с мылом (при наличии соответствующего инструментария).	1, 2, 3
	Быстро поймай меня!	Показать, как быстро диарея передается от человека к человеку.	Не прилагается
	«Счастливые руки», «грустные руки»!	Усилить послание, сделав акцент на том, что «счастливые руки», - это руки, помытые с мылом и продемонстрировать, как легко можно забыть помыть руки с мылом.	Не прилагается
	ВСГ игра в школах – змеи и лестницы	Усилить ВСГ послания, включая мытье рук с мылом.	5, 113
	Считаем до 5, Считаем до 10	Показать детям правильный способ мытья рук с мылом.	6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
	Делаем опрокинутый кран	Сделать простое приспособление для мытья рук и показать его использование.	2, 3, 13, 14
Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов	Предотвращение распространения диареи	Помочь детям понять, как диарея распространяется, и как можно ее предотвратить.	1, 2, 3, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21
	Двое детей	Помочь детям определить причины плохого здоровья и привычки, которые будут продвигать хорошее здоровье.	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29

Тема	Упражнение	Цель	Ссылка на флеш-карты
	Нет открытой дефекации!	Выявлять плохие практики гигиены в школе и делиться взаимным отвращением для мотивирования более здорового поведения и действий.	15, 30, 31, 32
	Мне нужна помощь, сейчас!	Научить детей, как определить, что у них диарея и что им делать.	22, 25, 30, 33, 34, 35, 36, 37
	Туалеты для каждого!	Помочь детям понять, что каждый нуждается в использовании туалета, даже когда у них есть физические проблемы.	38, 39, 40, 41, 42, 54
	Хорошие чувства при использовании туалетов	Ознакомить детей со школьными туалетами и помочь перебороть любые страхи об их использовании.	43, 67, 70
Тема третья: Безопасная питьевая вода	Стакан воды?	Провести связь между открытым испражнением и отвращением, и узнать, почему вся питьевая вода должна быть очищена.	16, 17, 18, 19, 44
	Источники воды	Удостовериться, что дети могут определять, где они должны стараться собирать воду.	24, 28, 45, 46, 47, 48, 49, 104
	Водные гонки	Показать детям, как важно собирать и приносить воду безопасным путем.	46, 50, 51
	Очищение воды	Обучить основам очищения воды.	28, 52, 53
	Хранение и использование питьевой воды	Согласовать, где будет храниться питьевая вода и правила ее использования.	51, 56, 57, 59
Тема четвертая: Индивидуальная гигиена для мальчиков и девочек	Чистые зубы, широкая улыбка!	Обучить детей, как чистить зубы каждый день.	60, 61

Тема	Упражнение	Цель	Ссылка на флеш-карты
	Говорить о фактах, обмениваться опытом	Помочь старшим девочкам понять, что это нормально говорить о менструации и быть в школе во время ее периода.	Заметка: В этом упражнении Вы делаете свои флеш-карты.
	Умение управлять менструацией в школе	Согласовать практические действия, чтобы иметь возможность легко пройти этот период в школе.	62, 63
Тема пятая: Наблюдая за нашей школой	День ВСГ мониторинга	Ввести День ВСГ мониторинга в школьный план действий и мотивировать детей взять ответственность за содержание своей школы в чистоте.	23, 24, 28, 37, 64, 66, 67, 68, 69, 109
	Вода вокруг нас	Определить, где надо искать воду после школы и зачем.	24, 46, 49, 56, 57, 108
	Выяви различие!	Ввести в школьный распорядок содержание туалетов в чистоте и вовлечь детей в регулярную деятельность по их уходу.	70, 71, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105
Тема шестая: ВСГ вне школы	Всемирный день мытья рук	Передать важность мытья рук сообществу и повеселиться! Дополнительную информацию по Всемирному дню мытья рук можно найти на www.globalhandwashingday.org .	72, 73, 74, 76, 98, 106, 107
	Составление карты в сообществе	Показать членам общества, что открытое испражнение является отвратительным, и оно должно быть остановлено.	32, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82
Тема седьмая: Геофагия или привычка есть землю	Осторожно, гельминты!	Разъяснить детям, что привычка есть землю приводит к развитию паразитарных заболеваний/гельминтозам.	Не прилагаются

Приложение 2: Описание мероприятий

Тема первая: Мытье рук с мылом

Упражнение: **Пожми мою руку!**

Цель: Показать, как бактерии и глисты переходят от одного человека к другому

Структура: Игра с 10-12 детьми

Время: 15 минут

Заметки:

- Правильное мытье рук с мылом важно для избавления от грязи, которой не видно.

Описание:

Посыпьте ладони одного ученика пеплом, углем или пылью от мела.

Попросите детей встать в длинную линию.

Ученик с «грязными руками» пожимает руку первого ребенка и затем просит его пожать руку следующего ребенка.

Попросите продолжить пожимать руки по очереди вдоль линии.

Сколько детей имеют пепел, уголь или пыль от мела на их руках? Считается даже маленькое пятно.

Объясните, что это то, что происходит, когда мы забываем помыть руки с мылом после туалета.

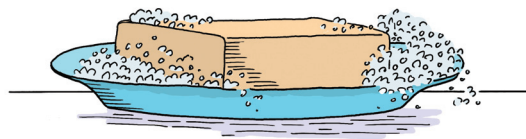
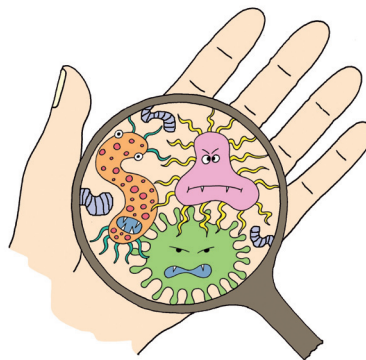
Как мы можем остановить это? Послушайте предложения детей.

Попросите первого ученика с «грязными руками» помыть их с мылом и показать их всем. Пусть все увидят, что «грязь» теперь ушла.

Материал:

Пепел, уголь или пыль от мела

Сосуд с водой и мыло для мытья рук



Ссылка на флеш-карты

1, 2, 3

Тема первая: Мытье рук с мылом

Упражнение: Сделать невидимое видимым! (при наличии соответствующего инвентаря)

Цель: Показать, как на самом деле выглядят «чистые» руки, если мы не моем их с мылом.

Структура: Маленькие группы или весь класс

Время: До 1 часа

Заметки:

- Glo Germ безвреден, он не вызовет боли, не повредит и не отравит детей или взрослых.
- Взрослые должны контролировать использование Glo Germ.
- Эксперимент легко сделать, и дети действительно получают удовольствие!

Описание деятельности:

1. Встряхните хорошо бутылку Glo Germ и выдавите небольшое количество жидкости на ладонь. Размажьте Glo Germ на обе руки, как будто размазываете лосьон для рук.

2. Убедитесь, что руки полностью покрыты жидкостью, особенно под ногтями, возле кутикулов и между пальцами. Сотрите излишек бумажной салфеткой. Во избежание пятен, держите Glo Germ дальше от контакта с одеждой.

3. Положите руки под ультрафиолетовую лампу, чтобы увидеть «светящихся бактерий» на ладонях. Демонстрация работает лучше всего в затемненной комнате.

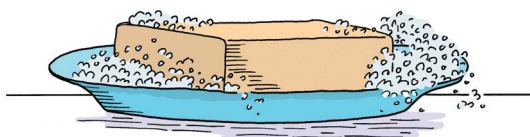
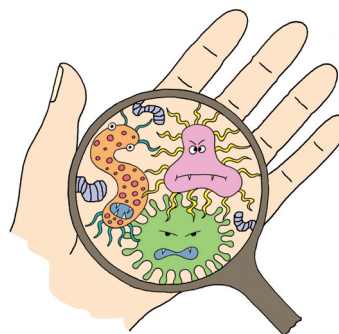
4. Помойте руки с мылом, используя метод ВСГ в школах. Положите руки под ультрафиолетовую лампу, уделяя особое внимание большим пальцам, местам вокруг ногтей и между пальцами. Любая часть руки, которая еще светится, обнаруживает «бактерии» - и места для более тщательного мытья рук.

Заметка: Полное смывание Glo Germ при нормальном мытье рук будет затруднительным, если кожа обветрена или потрескана. В таких случаях смыть бактерии также труднее.

Материалы:

Набор Glo Germ содержит:

- 1 ручной ультрафиолетовый фонарь 21 LED
- 1 бутылку Glo Germ геля (на 75–100 применений)
- 1 бутылку Glo Germ порошка (примерно на 150–200 демонстраций)
- 3 батарейки



Ссылка на флеш-карты

1, 2, 3

Тема первая: Мытье рук с мылом

Упражнение: Быстро поймай меня!

Цель: Показать, как быстро диарея распространяется от человека к человеку

Структура: Игра с 10-12 детьми

Время: 15 минут

Заметки:

- Любой, включая тебя, может получить диарею и очень быстро.

Описание деятельности:

Один из детей или учитель, притворяется «больным диареей» и становится напротив дерева (или стула, стола, стены) лицом к линии из 10 детей, стоящих на несколько метров вдали.

Человек «с диареей» кричит: «Идите!». Всех 10 детей просят попытаться попасть к дереву, так чтобы их не поймал человек с диареей. Но они могут только прыгать!

Человек с диареей также начинает прыгать к линии детей и пытается «маркировать» их (достигая и слегка дотрагиваясь до них).

Любой ребенок, кто был тронут «больным», теперь тоже имеет диарею.

Эти дети должны повернуться назад к линии и маркировать других до того, как они достигнут дерева.

Это продолжается до тех пор, пока все дети не «заболеют».

Материалы:

Никакие материалы не нужны

Ссылка на флеш-карты

Не прилагается

Тема первая: Мытье рук с мылом

Упражнение: «Счастливые руки», «грустные руки»!

Цель: Усилить послание, сделав акцент на том, что «счастливые руки», - это руки, помытые с мылом и продемонстрировать, как легко можно забыть помыть руки с мылом

Структура: Игра с 10–12 детьми
Время: 15 минут

Заметки:

- Идея о том, что «счастливые руки», это помытые руки, также может напомнить детям о том, что надо мыть руки с мылом в критические моменты – «Кто имеет «счастливые руки»? Кто имеет «грустные руки»?».

Описание деятельности:

Скажите детям, что ладони их рук «счастливы», потому что они были помыты с мылом. Обратная сторона их рук «грустная», потому что эту сторону они не помыли с мылом.

Попросите их встать лицом к Вам.

Начните игру со слов - «покажи мне руки, помытые с мылом». Дети поднимают руки и показывают счастливую сторону Вам.

Затем попросите показать руки, которые не были помыты с мылом. Дети поворачивают руки, чтобы показать грустную сторону.

Продолжайте просить детей - «покажите мне счастливую руку» или «покажите мне грустную руку».

Продолжайте игру, набирая скорость. Если ребенок показывает неправильную сторону, то он должен сесть и так, пока не останется стоять один ребенок.

Материалы:

Никакие материалы не нужны

Ссылка на флеш-карты

Не прилагается

Тема первая: Мытье рук с мылом

Упражнение: Игра ВСГ в школе – змеи и лестницы

Цель: Усилить ВСГ послания, включая мытье рук с мылом

Структура: Игра с 2-4 детьми

Время: 30 минут–1 час

Заметки:

- Дети могут делать свои собственные версии игры на кусочках картона или дерева, вставляя свои собственные ВСГ послания.

Описание деятельности:

Каждый ребенок должен имеет фишку, или маленький камень, или крышку от бутылки.

Игроки ставят свои фишки на квадрат под номером 1. Это означает начало игры.

Игроки кидают игральную кость и двигают фишку на соответствующее число шагов (один шаг это один квадрат).

Остановившись на месте, игрок должен ознакомиться с иллюстрацией (например, притвориться мыть руки с мылом или пойти назад на 2 шага).

Если игрок остановится в нижней части лестницы, он должен взобраться по ней наверх. Это приведет игрока ближе к месту выигрыша.

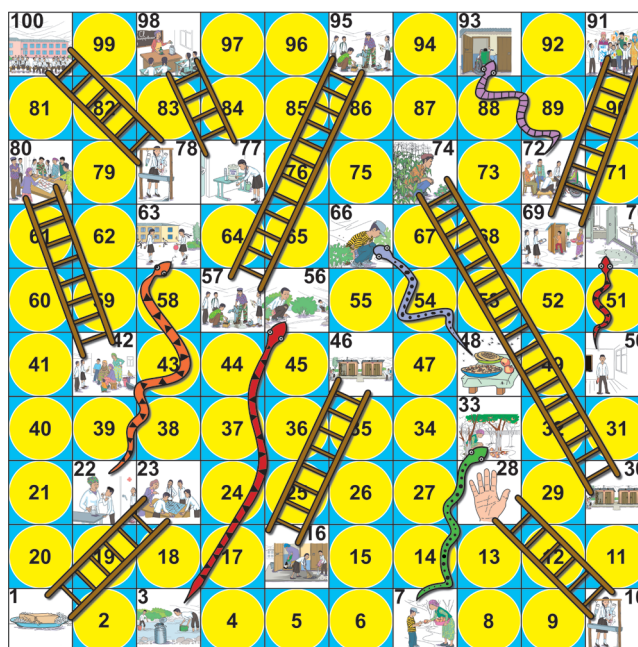
Если игрок остановится в верхней части змеи, он должен спуститься вниз.

Победит тот, кто достигнет квадрата 100 - первым.

Материалы:

Игровая доска змеи и лестницы, фишка, или маленький камень, или крышка от бутылки, игральная кость

Игра ВСГ в школах - Змеи и лестницы



Ссылка на флеш-карты

5, 113

Тема первая: Мытье рук с мылом

Упражнение: Считаю до 5, считаю до 10

Цель: Показать детям правильный способ мытья рук с мылом

Структура: Маленькие группы вокруг места для мытья рук или весь класс

Время: До 1 часа

Заметки:

- Это хорошее мероприятие для младших детей, которые учатся считать.
- Старшие дети могут придумать песни или ритмы для напоминания им о мытье рук с фразами, используя 5 или 10 слов.

Описание деятельности:

Следуя шагам флеш-карты, продемонстрируйте правильный способ мытья рук с мылом.

Делая это, используйте свои пальцы для повторения рифмы о мытье рук. Например:

«Я должен мыть свои руки».

(5 слов)

«Я должен мыть свои руки с мылом после посещения туалета». (10 слов).

Можно считать свои пальцы (для маленьких детей).

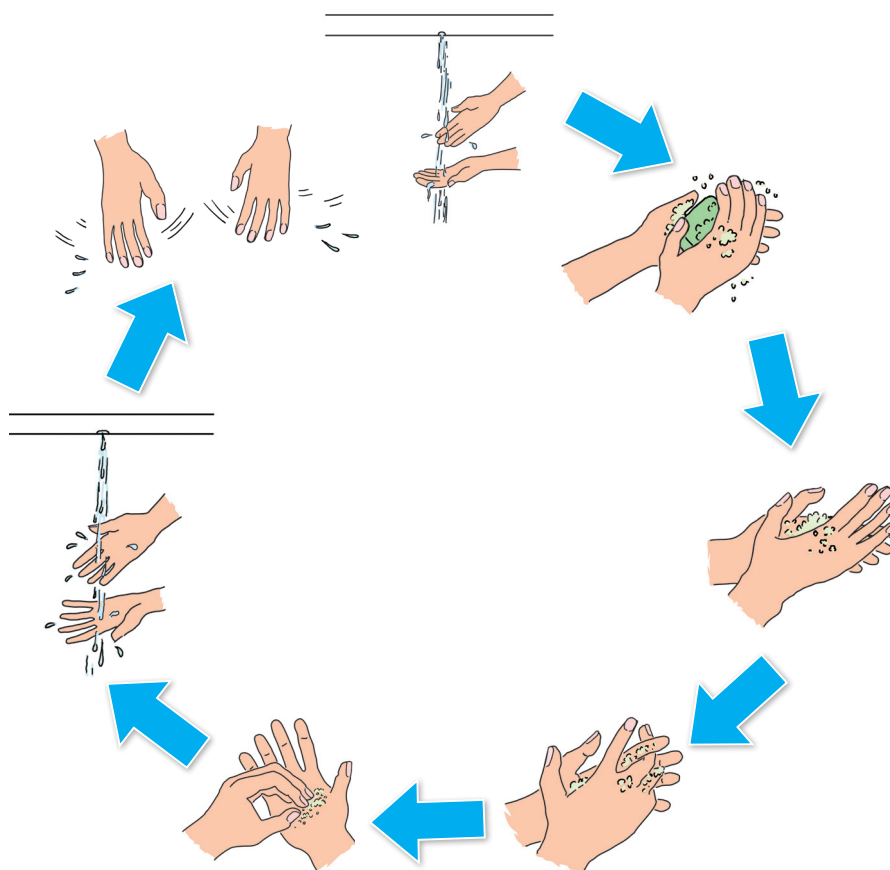
Пригласите детей для практики мытья своих рук, повторяя Ваши шаги и слова.

Попросите детей сделать новые ритмы, чтобы помочь им запомнить шаги по мытью рук.

Попросите детей проголосовать за наиболее запоминающуюся рифму.

Материалы:

Мыло, вода для мытья рук



Ссылка на флеш-карты

6, 7, 8, 9, 10, 11, 12

Тема первая: Мытье рук с мылом

Упражнение: Делаем опрокинутый кран

Цель: Сделать простое приспособление для мытья рук и показать использование воды

Структура: Маленькие группы

Время: До 2 часов

Заметки:

- Изготовление этого простого приспособления укрепляет мытье рук с мылом, а также показывает, какое малое количество воды используется каждый раз, когда моются руки.

Описание деятельности:

Опрокинутые краны используются как подача воды для мытья рук. Они являются эффективным способом использования воды, когда она ограничена.

Опрокинутые краны подвешиваются на рамку, ветку дерева или столб около туалета. Они должны быть легко достижимы, включая маленьких детей. Мыло ставится рядом над землей или тоже подвешивается.

Как сделать опрокинутый кран:

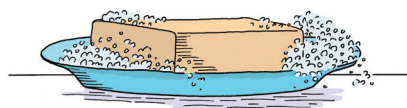
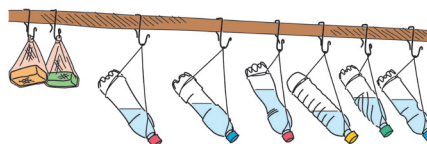
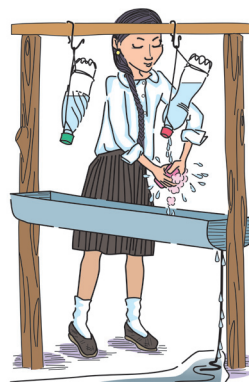
- Завяжите кусочек веревки вокруг верхней и нижней части бутылки так, чтобы сделать вешалку. Завяжите узел в верхней части, чтобы веревку можно было развязать и завязать снова.
- Наполните бутылку водой. Привяжите бутылку к рамке, чтобы бутылка была вертикальна, используя вес воды

Можно на раму повесить несколько бутылок.

Чтобы использовать опрокинутый кран, мягко наклоните бутылку на Ваши руки, пока вода не закапает медленно. Если вода будет выливаться слишком быстро, то и бутылка быстро опустеет!

Материалы:

Пустые контейнера (бутылки для напитков) и веревка Набор картинок: Опрокинутый кран



Ссылка на флеш-карты

2, 3, 13, 14

Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов

Упражнение: Предотвращение распространения диареи

Цель: Помочь детям понять, как распространяется диарея и как ее можно предотвратить

Структура: Маленькие группы вместе или без учителя

Время: 30 минут – 1 час

Заметки:

- Используйте набор рисунков флеш-карт, чтобы помочь детям понять порядок (или последовательность) событий, которые могут привести к диарее, и что поможет предотвратить болезнь.
- С маленькими детьми лучше работать вместе. Старшие дети могут работать самостоятельно в небольших группах.
- Вы можете использовать все карты или разделить их на наборы в зависимости от возраста детей, послания или поведения, которому Вы обучаете.

Описание деятельности:

Подход А: Покажите детям флеш-карты, последовательно по одной и попросите их рассказать то, что они видят. Поговорите об ответах и задайте вопросы. Обсудите любые правильные идеи.

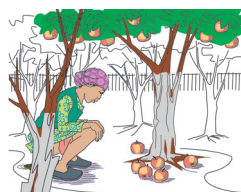
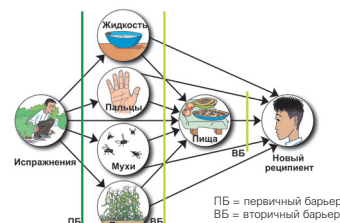
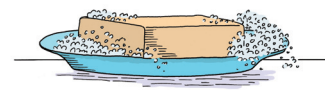
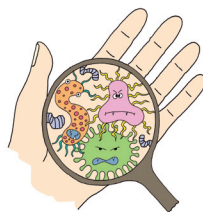
Подход Б: Раздайте набор карт в неправильном порядке. Попросите их разложить карты в правильном порядке. Позвольте группе обсуждать вместе о том, что они делают.

Некоторые дети знают больше других, некоторые ответы будут неправильными. Это не имеет значения. Подтолкните группу достичь консенсуса – на том порядке расклада карт, котором они согласятся все вместе.

Далее, попросите их рассказать историю по флеш-картам. Поясните им все, что не правильно. Спросите, как они могут улучшить ситуацию, которую видят.

Подход В: Покажите детям диаграмму и попросите их воссоздать ее, используя рисунки. Теперь попросите их найти рисунки, которые создают «барьер» для предотвращения передачи болезни.

Подход Г: Попросите детей выбрать рисунок или последовательность картинок и описать письменно то, что они видят.



Ссылка на флеш-карты

1, 2, 3, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21

Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов

Упражнение: «Двое детей»

Цель: Помочь детям определить причины болезни и практики, которые будут продвигать хорошее здоровье

Структура: Маленькие группы
Время: 1 час

Заметки:

- Используйте набор флеш - карт «Двое детей» - счастливый ребенок (здоровый) и грустный ребенок (нездоровый), чтобы помочь детям увидеть различия между здоровым поведением и причинами, которые вызывают болезни.
- С маленькими детьми лучше работать вместе. Старшие дети могут работать самостоятельно в небольших группах.
- Вы можете использовать все флеш-карты или разделить их на наборы, в зависимости от возраста детей, послания или поведения, которому Вы обучаете.

Описание деятельности:

Покажите детям две картинки, одну счастливого ребенка (здорового), другую - грустного ребенка (нездорового).

Разделите детей на группы. Дайте каждой группе набор случайно выбранных карт.

Попросите их собрать две пачки карт. Одну с рисунками, которые помогают ребенку оставаться счастливым (здоровым). Другую с рисунками, которые делают ребенка грустным (нездоровым).

Попросите каждую группу обменяться картами и расставить их под здоровым и нездоровым ребенком.

Позвольте детям обсуждать о флеш-картах, пока они работают вместе. Почему они приняли решение по каждой карте?

Все ли согласились? Помогите классу достичь консенсуса и поясните любые неправильные идеи.

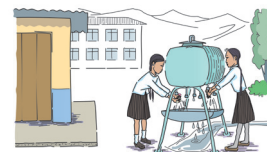
Материалы:

«Двое детей» (набор картинок флеш-карт)

Грустный ребенок:



Счастливый ребенок:



Ссылка на флеш-карты

В этом упражнении используются рисунки флеш-карт в парах:

22 и 26, 23 и 27, 24 и 28, 25 и 29

Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов

Упражнение: Нет открытой дефекации!

Цель: Показать плохую практику гигиены в школе и обменяться взаимным отвращением для мотивирования лучшего поведения и действий

Структура: Весь класс или маленькие группы с учителем
Время: 3 часа

Заметки:

- Учитель должен провести это мероприятие и быть готовым показать отвращение на лице и в действиях.
- Подтолкнуть детей показать отвращение и говорить о том, что они при этом чувствуют.
- Это мероприятие можно провести с членами сообщества – в школе или с соседями.

Описание деятельности:

Ознакомьте (или напомните) детей с диаграммой. Объясните, что происходит и расскажите о барьерах.

Возьмите детей на прогулку вокруг школы – по местам удобств, зданий и окружающей территории.

Каждый раз, когда Вы видите угрозу здоровью (например, открытая дефекация, мусор, нечистый туалет, мухи, использованная/грязная вода), громко спрашивайте: «Что это?», «Почему это не в туалете?», «Кто гуляет здесь?», «Ем ли я ваши какашки?».

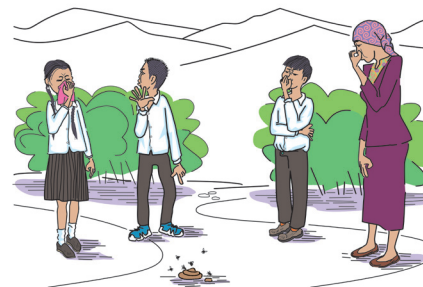
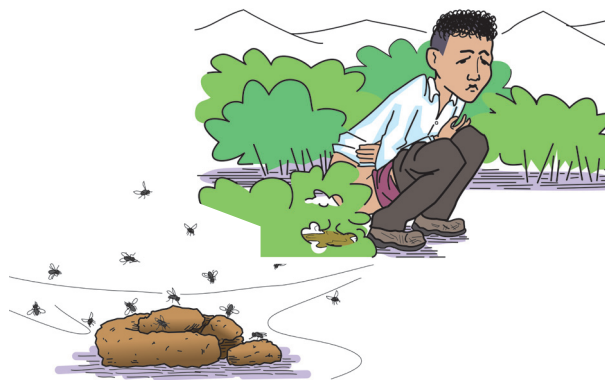
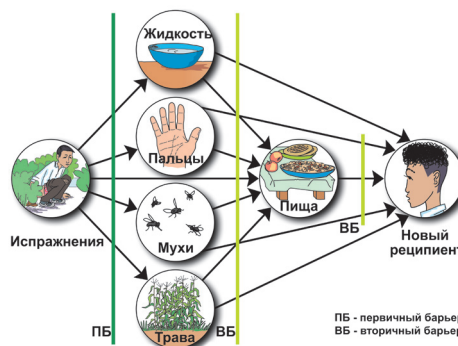
Обсудите с детьми, как неприятна окружающая среда. Спросите их: «Такой вы хотите видеть школу?». Сфокусируйтесь на отвращении. Вернитесь в класс, поработайте с детьми и нарисуйте большую карту школы, отмечая места, где находятся проблемы. А также пункты воды и туалеты.

Как можно исправить положение? Что было бы хорошим планом для школы?

Попросите детей подумать об этом. Поработайте с ними, чтобы сделать список согласованных действий, например: нет открытой дефекации, расписание чистки туалетов, сбора мусора, создание безопасного места для питьевой воды.

Материалы:

Paper and pens to draw a large map, or draw in the earth using stones and sticks



Ссылка на флеш-карты

15, 30, 31, 32

Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов

Упражнение: Мне срочно нужна помощь

Цель: Научить детей, как распознать диарею и что при этом делать

Структура: Маленькие группы
Время: : 1 час на подход

Заметки:

- Это мероприятие не для того, чтобы подготовить маленьких докторов, а для того, чтобы удостовериться, что дети знают, когда они больны, и когда надо просить помощи.
- Включите демонстрацию использования чистой питьевой воды, мытья рук с мылом после туалета и перед едой - как реальные практические действия в жизни.
- Создание игр, инсценировок, также является эффективным способом демонстрации.
- Рекомендуется адаптировать подход в соответствии с возрастом детей.

Описание деятельности:

Подход А: Покажите детям картинку грустно выглядящего ребенка. Спросите у них: «Почему ребенок грустный?», «Может быть он болен?». Покажите картинку этого же ребенка, но испражняющегося на открытой местности. У него диарея и он чувствует себя больным.

Спросите, что чувствует ребенок при этом. Поговорите о симптомах диареи. Спросите у детей, были ли у кого-нибудь такие симптомы ранее. Объясните, что Вы тоже были в такой же ситуации.

Что мы должны делать, когда чувствуем себя больными? Кому мы говорим? И куда мы идем? Покажите картинки, где медицинский работник принимает больных детей и остановитесь на ней.

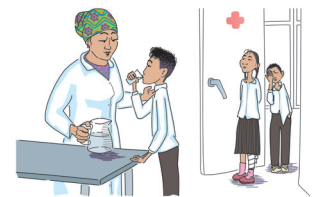
Укрепит послание демонстрация питья безопасной воды и мытья рук с мылом.

Подход Б: Попросите группу старших детей сделать короткую игру/инсценировку, чтобы показать младшим детям и/или членам сообщества, как определить диарею и правильно действовать.

Это мероприятие укрепляет предыдущее.

Материалы:

Картинки на флеш-картах



Ссылка на флеш-карты

22, 25, 30, 33, 34, 35, 36, 37

Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов

Упражнение: Туалеты для каждого!

Цель: Помочь детям понять, что каждому нужно пользоваться туалетом, даже когда они имеют ограниченные возможности

Структура: : Весь класс вовлечен в ролевые игры

Время: 2 часа

Заметки:

- Детям и взрослым с ограниченными возможностями необходимы специальные условия для доступа и использования туалета. Иногда достаточно произвести небольшие изменения, которые смогут помочь преодолеть существующие неудобства.
- Дети и взрослые, понимающие эти нужды, внесут вклад, чтобы сделать школьные туалеты доступными для всех. Составьте план и выполните его. Даже маленькое участие имеет значение.
- Будьте осторожны, когда вовлекаете детей с ограниченными возможностями, участвовать в этой деятельности. Найдите способы, которые повысят их уверенность, чем дать понять, что они отличаются и поэтому не равны своим товарищам. Эти дети имеют такие же права, как любые другие.

Описание деятельности:

Нарисуйте очертание отверстия в туалете на большом листе бумаги. Сделайте его настоящим по размеру! Это Ваша демонстрационная туалетная доска. Если у Вас нет бумаги, то нарисуйте доску от туалета на земле палочкой.

Попросите участвовать в игре двух волонтеров. Первого попросите притвориться, что у него ампутирована нога ниже колена (согнуть одну ногу и попрыгать); другого - притвориться частично слепым (прищурить глаза и походить).

Попросите каждого волонтера, притворяясь, пойти в нарисованный туалет. Других попросите тихо следить и подмечать трудности, с которыми сталкивается каждый волонтер.

Как только волонтер сел на «корточки» или, по крайней мере, встал над отверстием, очертите положение его ног (это покажет, где была его нога, а где на самом деле она должна быть). Теперь очередь других детей использовать туалет, притворяясь, и отмечать свою позицию на «доске».

Что заметили дети (положения ног разные, доступ и приседание были трудными)? Что сделает это легче? Используйте рисунки, чтобы стимулировать идеи детей. Как можно сделать школьные туалеты более доступными и дружелюбными для разных пользователей?

Материалы:

Большой кусок бумаги и ручки или карандаши для рисования или палочка для рисования на земле.



Ссылка на флеш-карты
38, 39, 40, 41, 42, 54

Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов

Упражнение: Хорошие чувства при использовании туалетов

Цель: Ознакомить детей со школьными туалетами и перебороть любые страхи при их использовании

Структура: Вся группа

Время: До 2 часов

Заметки:

- Проводите это мероприятие, когда дети впервые приходят в школу или когда школа впервые открывается.
- Адаптируйте это мероприятие соответственно нуждам разных детей, например: по установкам или полу.
- Во время мероприятия поощряйте детей обмениваться идеями, но при этом уважать чувства друг друга.
- Не усиливайте негативные или пугающие установки, не заставляйте детей чувствовать себя глупыми. Всегда работайте с ними для придумывания путей минимизации страха и концентрации на позитивных аспектах использования туалета.

Описание деятельности:

Укажите на туалет (или покажите рисунок) и спросите: «Что это?», «Для чего это используется?». Объясните, что туалет, это безопасное место для избавления от наших какашек.

Попросите каждого ребенка нарисовать рисунок (или написать предложение/слово), чтобы выявить их чувства при использовании туалета (хорошие или плохие чувства). Во время выполнения задания дети не показывают никому свою работу.

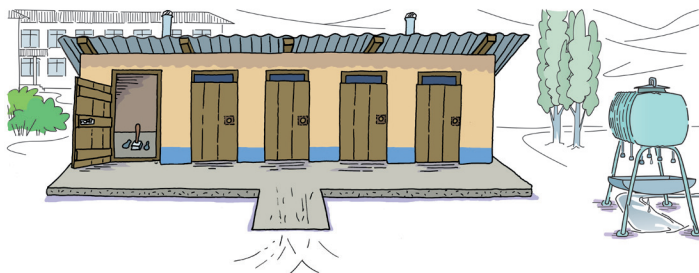
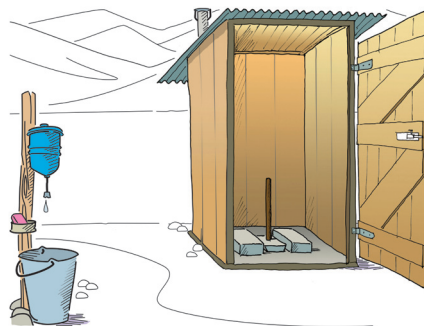
Соберите все работы в одну пачку и смешайте их. Не называя имени исполнителя, покажите каждый рисунок группе и спросите: «Что вы видите?», «О чем эта картинка/предложение/ слово?». Группа сможет или не сможет увидеть, то, что хотел сказать выполнивший работу (но это не имеет значения).

Проработайте все рисунки, комментируя каждую работу. Уважайте взгляды детей и попытайтесь разогнать их страхи. Положите все листы на стол. Затем попросите детей сгруппировать их по общим идеям (например: страхи и предпочтения).

Затем, маленькими группами (мальчики и девочки отдельно), посетите туалет. Разгоните их страхи. Покажите детям, как использовать туалет. Удостоверьтесь, что туалеты чистые. Согласуйте хорошие вещи о туалетах и повторяйте это часто детям.

Материалы:

Бумага и карандаши



Ссылка на флеш-карты

43, 67, 70

Тема третья: Вода

Упражнение: стакан воды

Цель: Позволить детям сделать связь между открытой дефекацией и отвращением и узнать, почему вся питьевая вода должна быть очищена

Структура: Весь класс, на открытом месте (возле кучи испражнений животного или человека)

Время: 10 минут

Заметки:

- Это мероприятие неприятное и не займет много времени. Оно покажет детям, что вода не всегда безопасная и ее нужно очищать.
- Закрепить послание: «Всегда мойте руки с мылом после туалета!»

Описание деятельности:

Возьмите стакан с водой, которая была очищена. Попросите ребенка сделать небольшой глоток из стакана (глоток, а не весь стакан).

Используя веточку, дотроньтесь до испражнений и положите тот же конец в стакан с водой. Снова дайте стакан тому же ребенку. Попросите его выпить. Он откажется. Спросите, почему он не пьет?

Напомните детям об упражнении по открытой дефекации и диарее.

Объясните, как вода может легко стать «грязной».

Как только какашки попадают в воду, они ее загрязняют. Их не видно в воде, но они там есть.

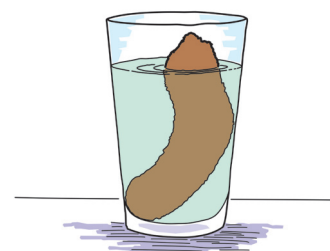
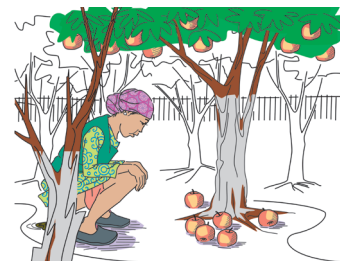
Покажите детям картинку стакана с испражнениями в нем. Если бы мы могли видеть какашки, мы бы пили такую воду? **НЕТ!**

Согласуйте, что мы всегда должны получать нашу питьевую воду из надежного места и очищать ее перед тем как пить.

Посчитайте, сколько очищенной питьевой воды нужно классу каждый день (базируясь на 2-х литрах в день на человека).

Материалы:

Стакан питьевой воды из школы, какашки животного/человека, веточка.



Ссылка на флеш-карты

16, 17, 18, 19, 44

Тема третья: Вода

Упражнение: Источники воды

Цель: Дети научатся определять, где они должны стараться собирать питьевую воду

Структура: Весь класс

Время: До 2 часов

Заметки:

- Надежные источники воды будут меняться от ситуации к ситуации.
- Адаптируйте это упражнение соответственно местной ситуации.

Описание деятельности:

Сфокусируйтесь на питьевой воде. Просмотрите диаграмму, использованную в теме «Безопасное избавление от экскрементов». Напомните детям, как какашки могут легко попасть туда, где мы набираем воду для питья и поэтому важно, чтобы мы брали воду только из надежных источников и очищали ее перед тем, как выпить.

Как мы узнаем, что наш источник воды надежный? Дайте детям картинку в случайном порядке. Попросите их рассортировать их на «надежные» (заслуживающие доверия) и «ненадежные» (не заслуживающие доверия) источники. Дайте время на обсуждение каждой картинки и на решение.

Попросите детей объяснить их решения. Поговорите о каждом, комментируя, правильное оно или нет, и почему. На основе этих знаний спросите другие примеры грязной воды.

Какова ситуация в школе? В более широком сообществе? Нарисуйте карту разных источников или добавьте к сделанной карте об открытой дефекации (тема первая).

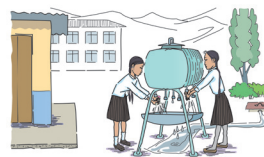
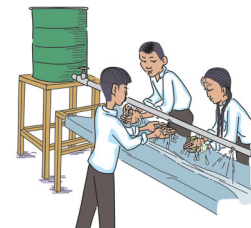
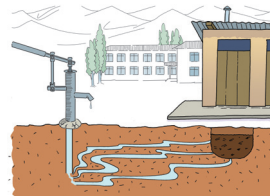
Вовлеките детей в создание информационного плаката для их школы/сообщества о надежных и ненадежных источниках в их сообществе.

Материалы:

Ненадежные источники:



Надежные источники:



Ссылка на флеш-карты

24, 28, 45, 47, 48, 49, 71, 104, 108

Тема третья: Вода

Упражнение: Водные гонки

Цель: Показать детям, как важно набрать и донести воду до дома чистой и не разливая

Структура: Весь класс

Время: Менее 1 часа

Заметки:

- Выполняйте это упражнение, если воды в школе много, так как часть ее будет разлита.
- Чтобы провести это упражнение, используйте водные контейнеры или набор картинок.

Описание деятельности:

Расставьте разные водные контейнеры на полу.

Попросите детей встать рядом с водным контейнером, который используется в их семье для питьевой воды.

Попросите детей представить, что они бегут наперегонки с контейнером, полным воды. Что может случиться?

Сколько воды, по их мнению, останется в контейнере, например, если использовать канистру, ведро или чашу?

Что еще может случиться с ведром воды, чашей с водой? В ведро или чашу могут попасть какие-то вещи или грязные руки могут контактировать с водой.

В классе используйте набор картинок и согласуйте с детьми лучший способ сбора и доставки воды. Критерий должен включать: чистый контейнер с крышкой.

Материалы:

Разные контейнеры для воды, например, канистра, ведро и чаша



Ссылка на флеш-карты

46, 50, 51

Тема третья: Вода

Упражнение: Очищение воды

Цель: Научить детей основам очищения воды

Структура: Весь класс

Время: До 1 часа

Заметки:

- Школьная питьевая вода всегда должна быть очищена, независимо от надежности ее источника.
- Как это сделать, будет зависеть от местных практик. Методом чистки будет дезинфекция или фильтрация. Подойдите к упражнению, как к научному уроку.
- Включите чистку воды в список заданий, исполняющихся ежедневно учителями и детьми, и согласуйте, как это будет записываться и мониторироваться.

Описание деятельности:

Напомните детям, что мы не можем видеть, безопасна вода для питья или нет.

Продемонстрируйте, как чистить воду и вовлеките детей в чистку воды, используя принятую местную/школьную практику. Используйте набор рисунков.

Объясните, что мы должны быть осторожны, когда используем химикаты, огонь, электричество и солнечные лучи (например, карабкание на крышу или добавление слишком большого количества хлорина в воду).

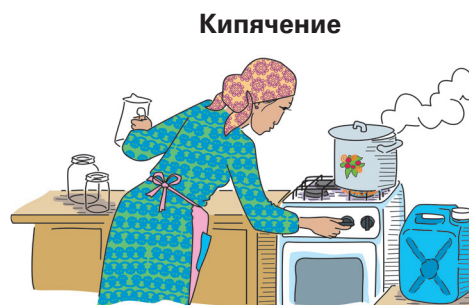
Помните, младшие дети могут быть вовлечены в деятельность только под контролем взрослых или старших детей.

Вовлеките небольшое число детей в осуществление мониторинга.

Вместе разработайте расписание по содержанию школьной питьевой воды всегда очищенной. Это будет включать методы очищения и необходимое количество воды. Исходите из расчета - 2 литра воды в день на человека.

Материалы:

Рисунки флеш-карт:



Ссылка на флеш-карты

28, 52, 53

Тема третья: Вода

Упражнение: Хранение и использование питьевой воды

Цель: Согласовать, где будет содержаться питьевая вода и правила по ее использованию

Структура: Весь класс

Время: 1 - 2 часа

Заметки:

- В школе или каждом классе группы мальчиков и девочек могут взять ответственность по присмотру за питьевой водой.

Описание деятельности:

Это практическая деятельность, которая выполняется после демонстрации очищения воды.

Покажите картинку плохого хранения питьевой воды. Спросите, почему так нельзя поступать.

Попросите детей найти в школе или классе подходящее место для хранения их питьевой воды.

Согласуйте это место и вовлеките детей в его подготовку. Установить емкость для воды нужно так, чтобы вода была доступна всем детям. Согласуйте с детьми вопрос использования чашек для питья.

Остановитесь на проблемах. Например: как избежать проливания воды, когда они ее будут нести; как далеко нужно нести воду во время сбора; как будет чиститься емкость для воды?

Помогите детям сделать набор правил о том, как их питьевая вода будет храниться и использоваться.

Как и где будет храниться непитьевая вода для мытья рук и чистки туалета, школьного двора? Удостоверьтесь, что дети знают, что эту воду пить **НЕЛЬЗЯ**.

Материалы:

Стол или подставка для контейнера с водой, контейнер для питьевой воды с кружками

Плохо:



Хорошо:



Ссылка на флеш-карты

56 и 51

59 и 57

Тема четвертая: Гигиена для мальчиков и девочек

Упражнение: Чистые зубы и широкая улыбка!

Цель: Научить детей, как чистить зубы ежедневно

Структура: Маленькие группы

Время: До 2 часов

Заметки:

- Перед началом этого упражнения удостоверьтесь, что у каждого ребенка есть личная зубная щетка.

Описание деятельности:

Попросите каждого ребенка сделать свое лицо счастливым. Многие улыбнутся Вам! Скажите: «Какие у вас красивые улыбки, мне действительно нравится видеть всех в школе улыбающимися».

Далее, поговорите о зубах. Спросите у них, для чего нам нужны зубы и как мы используем их. Затем скажите, что красивая улыбка это та, которая демонстрирует чистые, белые зубы, без кусочков пищи, застрявшей между ними!

Попросите каждого ребенка нарисовать собственное лицо, улыбку и подписаться под рисунком. Покажите эти картинки всем.

Затем продемонстрируйте детям, как правильно чистить зубы. Скажите детям, что они должны чистить зубы 2 раза в день утром и вечером.

Скажите детям, что у каждого должна быть личная зубная щетка и паста. Пусть каждый чистит свои зубы!

Согласуйте с ними, кто дома будет помогать и учить детей чистить зубы и содержать щетку в чистоте.

Материалы:

Большой лист бумаги; краска или другой имеющийся материал для рисования.



Ссылка на флеш-карты

60, 61

Тема четвертая: Гигиена для мальчиков и девочек

Упражнение: **Разговор о фактах, обмен опытом (для старших девочек)**

Цель: Помочь старшим девочкам понять, что говорить о менструации и быть в школе во время ее периода - это нормально

Структура: Маленькие группы, только старшие девочки с учительницей

Время: До 2 часов

Заметки:

- Возможно, это первый раз, когда девочки говорят с учительницей о менструации.
- Вероятнее всего они будут стесняться и смущаться.
- Соберите маленькие группы девочек (3-4 чел.) и работайте с ними подальше от других детей (чтобы они не слышали).
- Подберите убеждения на флеш-картах, чтобы это было понятно девочкам Вашего региона.

Описание деятельности:

Напишите предложенные убеждения (можно дополнить собственными) на маленьких кусочках бумаги (флеш-картах).

Расскажите девочкам о менструации, можно использовать свой собственный опыт.

Раздайте девочкам случайно выбранные флеш-карты, которые Вы подготовили. Попросите их рассмотреть каждую и прийти к согласию: правильное утверждение на нем или нет.

Вполне нормально, если они иногда не будут знать ответа. Вы можете обсудить это позже.

Разложите карты в 3 пачки («Правильно», «Неправильно», «Не знаю»).

Попросите девочек объяснить их решения. Осторожно оспаривайте неправильные убеждения, стараясь приводить факты.

Девочки могут перекладывать карты в пачку «Правильно», если Вы их убедите.

Дайте девочкам время поговорить о своих собственных опытах управления менструальными периодами в школе и вне школы.

Вместе перечислите и поговорите о проблемах, которые они испытали.

Материалы:

Бумага или картонная доска; карандаши или ручки

Сделайте свои флеш-карты, разделив их на «правильные» и «неправильные» убеждения. Например:

Правильные:

- Старшие девочки имеют менструацию каждый месяц
- Менструальное кровотечение длится 3–7 дней
- Беременные женщины не имеют периодов менструации
- В этот период важно менять прокладки или специальные тряпки
- Во время менструации можно находиться в школе
- Если в этот период вас беспокоит боль, нужно уединиться и отдохнуть
- Надо мыть руки с мылом после туалета и смены прокладки или тряпки

Неправильные:

- Менструация является грязным и нездоровым явлением
- Стыдно, когда другие люди видят и знают, что у вас этот период
- Если вы испытываете боль во время этого периода, то это плохо
- Вы можете навредить себе, если будете бегать во время этого периода
- Девочкам во время этого периода нельзя использовать туалет
- Вы должны выбирать пищу, когда у вас менструация

Тема четвертая: Гигиена для мальчиков и девочек

Упражнение: Умение управлять менструацией в школе (для старших девочек)

Цель: Согласовать практические действия для того, чтобы облегчить менструацию

Структура: Маленькие группы, только старшие девочки с учительницей

Время: До 2 часов

Заметки:

- Подталкивать девочек быть готовыми помогать друг другу во время менструальных периодов.
- Проводить это упражнение после упражнения «разговоры о фактах, обмен опытом».

Описание деятельности:

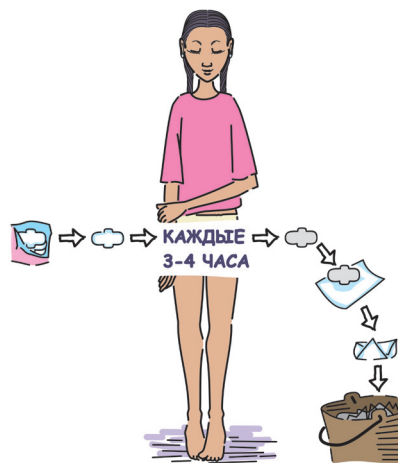
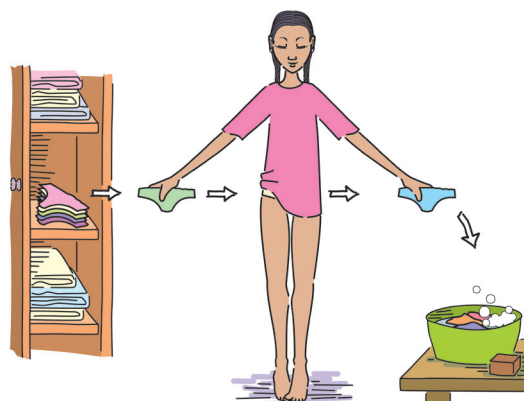
Это упражнение о том, как облегчить жизнь девочек во время менструации.

Используйте картинки для обмена идеями о том, как это можно сделать. Например:

- Выделить специальное место для девочек, чтобы они могли отдохнуть, когда испытывают боль.
- Создать систему участия, когда девочки помогают и поддерживают друг друга во время этого периода (смотрят, нет ли следов пятен на одежде, держат дверь туалета закрытой и т.д.).
- Укрепить важность мытья рук с мылом после использования туалета, контакта с загрязненными прокладками/тряпками и перед принятием пищи.
- Подтолкнуть девочек принимать душ и мыть тело регулярно, а также отдыхать, если они чувствуют себя нехорошо.

Регулярно спрашивать, как у девочек получается управлять менструацией в школе и вне школы.

Материалы: Картинки на флеш-картах



Ссылка на флеш-карты

62, 63

Тема пятая: Содержание школы

Упражнение: День ВСГ мониторинга

Цель: Ввести День ВСГ мониторинга в школьный план действий и мотивировать детей взять ответственность за содержание своей школы в чистоте.

Структура: Маленькие группы
Время: До 1 дня

Заметки:

- Всегда вовлекайте мальчиков и девочек в задания по уходу и чистке туалетов.
- Предлагайте разнообразные работы, чтобы дети не скучали.
- Отмечайте хорошую работу отдельных учеников (церемония награждения во время школьных собраний).

Описание деятельности:

Покажите картинку «счастливой школы» (чистая и безопасная) и «грустной школы» (грязная и небезопасная).

Какую школу мы предпочтем посещать? Что поможет нам чувствовать гордость за нашу школу?

Используя рисунки флеш-карт, посмотрите на различные аспекты содержания вашей школы (с точки зрения санитарии и гигиены).

Погуляйте вокруг территории школы, чтобы дети могли увидеть, какой объем работы нужно сделать.

Согласуйте с детьми, что и как часто нужно делать. Распределите маленькие группы мальчиков и девочек на разные виды работ. Покажите каждой группе, как делать ту или иную работу и предоставьте оборудование.

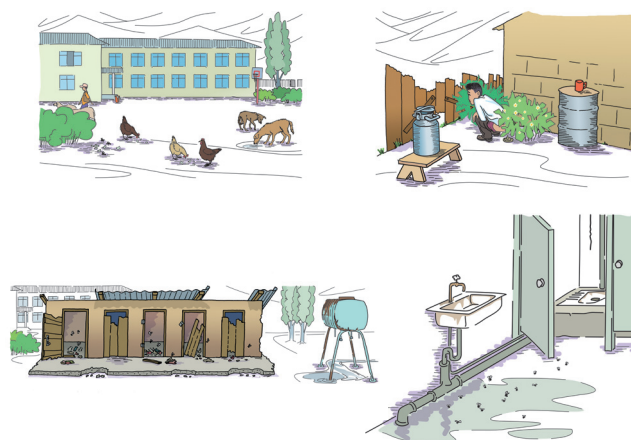
Вовлекайте детей в составление плана мониторинга. Повесьте его на стене, где каждый школьник может видеть его.

Согласуйте первое расписание и дату мониторинга (еженедельную или ежемесячную). Решите, как часто различные виды работ будут меняться между детьми. Как будет вовлекаться более широкое сообщество (учителя, родители)?

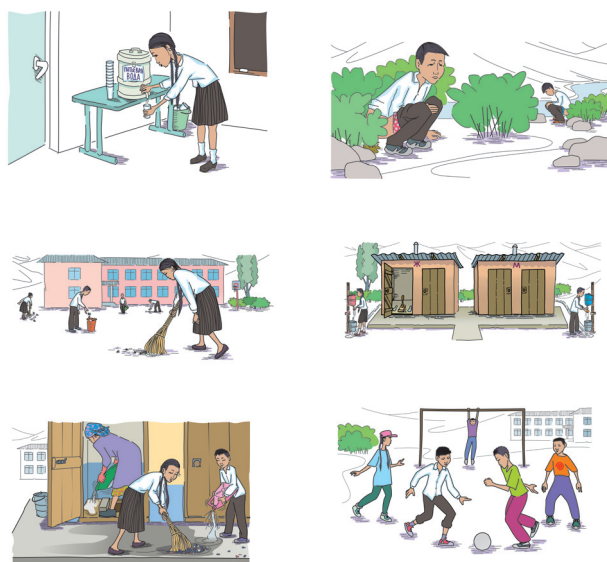
Используйте дополнительные виды деятельности по этой теме, чтобы поддерживать и укреплять привычки детей.

Материалы: Картинки на флеш-картах

«Грустная школа»:



«Счастливая школа»:



Ссылка на флеш-карты

23, 24, 28, 37, 64, 66, 67, 68, 69, 109

Тема пятая: Содержание школы

Упражнение: Вода вокруг нас

Цель: Определить, где нужно искать воду в школе и почему

Структура: Весь класс и маленькие группы

Время: 2 часа

Заметки:

- Это упражнение поддерживает деятельность дня ВСГ мониторинга.

Описание деятельности:

Проведите прогулку вокруг школьной территории. Определите и отметьте все места, где найдена вода. Например: основной пункт воды (колонка, арык), отстойный пруд, емкость для сбора дождевой воды, бидоны для содержания питьевой воды или приготовления пищи, умывальник с водой, сосуды с водой для туалетов, места луж и дренажных каналов.

Поговорите о каждом месте, определяя какие могут быть проблемы.

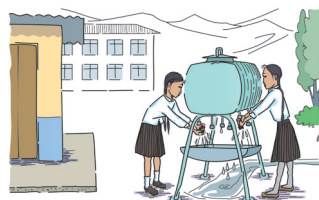
Например, дренажные каналы стали засоренными из-за мусора, создавая застоявшуюся воду, которая привлекает комаров. Мы все будем покусаны и некоторые могут заболеть малярией!

Отметьте территории больших проблем на карте со знаком «Высокий риск» или «Опасность». Согласуйте все, что может быть сделано для снижения этих высоких рисков.

Это включает регулярные задания по чистке и уходу за территорией школы. Согласуйте дальнейшие шаги: кто и что будет делать, когда и как это будет мониториться.

Материалы:

Бумага и карандаши
Флеш-карты



Ссылка на флеш-карты

24, 46, 49, 56, 57, 108

Тема пятая: Содержание школы

Упражнение: Найдите различие!

Цель: Ввести в школьный распорядок содержание туалетов в чистоте и вовлечь детей в регулярную деятельность по их уходу

Структура: Маленькие группы
Время: 2 часа

Заметки:

- Это упражнение поддерживает деятельность дня ВСГ мониторинга.
- Включите картинки с различными видами умывальников.
- Обратитесь к списку заданий по ежедневному поддержанию туалетов в чистоте на странице 18.

Описание деятельности:

Покажите парные картинки из набора флеш-карт.

Попросите детей описать то, что они видят, находя различия между двумя картинками. Попросите их сделать заметки для того, чтобы запомнить количество различий.

Сколько там различий?

Попросите детей показать Вам различия.
Поговорите об этом подробнее.

Укажите на различия, которые они не заметили.
Например: на одной картинке отсутствует замок на двери туалета, на другой он есть.

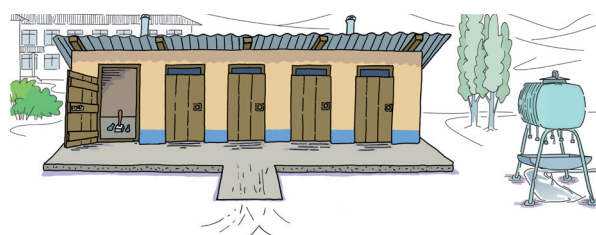
Обратите внимание на школьные туалеты. Как они выглядят? Вместе пройдите к туалетам и отметьте те вещи, которые вы вместе хотели бы изменить.

Еще раз поговорите о регулярной чистке туалетов. В классе просмотрите план мониторинга и поговорите о его выполнении. Сделайте проверочный лист того, как проводится мониторинг.

Материалы:

Парные наборы флеш-карт

Картинка А:



Картинка Б:



Ссылка на флеш-карты

В этом упражнении используется набор флеш-карт в парах: 70 и 71, 86 и 87, 88 и 89, 90 и 91, 92 и 93, 94 и 95, 96 и 97, 98 и 99, 100 и 101, 102 и 103, 104 и 105

Тема шестая: ВСГ вне школы

Упражнение: Всемирный день мытья рук

Цель: Обменяться следующими посланиями с сообществом:

1. Мытье рук только водой не достаточно - нужно обязательно использовать мыло.
2. Мытье рук с мылом может предотвратить болезни, даже в переполненных жилищных условиях.
3. Всегда мойте руки с мылом после посещения туалета, подмывания ребенка и перед тем, как трогать пищу и есть.
4. Мытье рук с мылом требует небольшого количества воды.

Структура: Вся школа

Время: Зависит от мероприятий, но нужно начинать по возможности рано утром

Заметки:

- Всемирный день мытья рук проводится 15 октября каждый год. В этот день школьники становятся «посланниками мытья рук». Они демонстрируют и обмениваются правильными практиками мытья рук с сообществом.
- В этот день можно проводить различные акции на местном, региональном или национальном уровнях.

Описание деятельности:

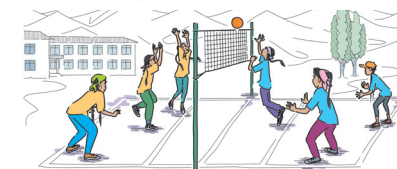
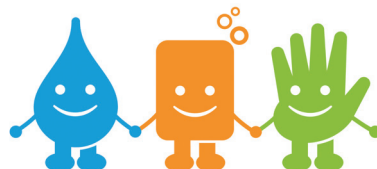
Нет определенной инструкции по проведению Всемирного дня мытья рук. Планируйте Ваши информационные кампании так, чтобы вовлечь как можно больше людей: спортивные игры, театрализованные представления, концерты, шествия и т.д.

У детей будет много идей о том, что делать. Используйте картинки для стимулирования идей.

Если имеется местный радиоузел, то попросите их сообщить о запланированных мероприятиях и освещать ход кампании.

Информация по Всемирному дню мытья рук, включая путеводитель и логотипы имеется в интернете: www.globalhandwashingday.org Можно обратиться в организации, которые поддерживают ВСГ, включая UNICEF.

Материалы:



Ссылка на флеш-карты
72, 73, 74, 76, 98, 106, 107

Тема шестая: ВСГ вне школы

Упражнение: Составление карты сообщества

Цель: Помочь членам сообщества увидеть, что открытая дефекация отвратительна и должна быть остановлена

Структура: Маленькие группы
Время: Полдня

Заметки:

- Всегда начинайте это упражнение в школе, чтобы дети понимали, что нужно делать. (Тема вторая: Безопасное избавление от экскрементов. Упражнение: «Нет открытой дефекации!»).
- Позвольте детям взять лидерство, чтобы они могли показать «отвращение» и подтолкнуть взрослых изменить ситуацию.

Описание деятельности:

Подтолкнуть детей обмениваться тем, что они узнали в школе с их семьями и сообществом.

Используйте наборы флеш-карт в работе.

Вместе с детьми как лидерами, пройдите по территории села, в частности по грязным местам.

Каждый раз, когда Вы увидите угрозу здоровью (например, открытую дефекацию, мусор, нечистые туалеты, мухи, грязную воду и т.д.), создавайте **большой шум** вокруг этого: «Что это?», «Почему это не в туалете?», «Кто ходит по этому месту?».

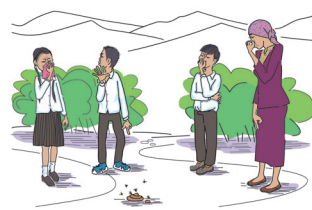
Обсудите с сообществом то, насколько ужасна окружающая ситуация. Спросите их: «Вы хотите, чтобы так выглядела ваша территория?». Сфокусируйтесь на том, чтобы чувствовать отвращение и удивление.

Нарисуйте большую карту сообщества, указывая проблемные места. Включите дома и территории вокруг них. Добавьте пункты воды, туалеты и места открытой дефекации.

Как эти вопросы могут быть исправлены? Каков был бы хороший план по улучшению ситуации?

Поработайте с сообществом для составления списка действий, которые они согласны выполнять. Например, устранить открытую дефекацию, составить расписание по чистке туалета, сбора мусора, создать условия для безопасного хранения питьевой воды в домашних условиях, установить умывальники возле туалетов и т.д.

Материалы: Картинки на флеш-картах



Ссылка на флеш-карты

32, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82

12 Тема седьмая: Геофагия или привычка есть землю*

У многих детей и даже взрослых есть привычки поедать землю (геофагия). Чаще всего это наблюдается у беременных женщин и детей. Это связывают с нехваткой микроэлементов и витаминов в организме. Однако, бесконтрольное поедание земли, выкопанной в собственном дворе или где-то в поле опасно. Почва является хорошей средой для сохранения и размножения многих возбудителей, а также созревания и развития яиц и личинок паразитов-гельминтов.

В 2011 году к врачу обратилась девочка, которая жила в сельской местности. По ее словам, каждый день, возвращаясь из школы, она с подругами ели глину. Через некоторое время у нее начались боли в животе, недомогание, головные боли, а в фекалиях она обнаружила червей, внешне похожих на дождевых. Ей провели обследование на гельминтоз, назначили лечение и она выздоровела.

Поэтому, поедая землю, дети могут проглотить яйца гельминтов, которые развиваясь в организме, вызовут гельминтозы: аскаридоз, токсокароз, эхинококкоз.

Аскаридоз. Аскариды, личинки которых попадая в кишечник, проникают в кровеносные капилляры и с током крови разносятся в печень и легкие. Личинок аскарид находят в головном мозге, глазах и других органах. Они интенсивно питаются сывороткой крови и эритроцитами, вызывая аллергические явления, а впоследствии тяжелые осложнения различных органов.

Токсокароз. Токсокара – это паразит желудочно-кишечного тракта собак. Ежедневно больные собаки выделяют миллионы личинок в почву, песок. Даже в холодное время яйца сохраняют жизнеспособность до нескольких лет. С землей (при поедании земли), песком (при игре в песочницах), через грязные руки, яйца попадают в рот. Токсокароз проявляется аллергическими дерматитами у детей, поражениями глаз и др.

Эхинококкоз. Эхинококк – это тоже паразит, живущий в тонкой кишке собак, кошек. Зрелые яйца выделяются с фекалиями животных, загрязняя их шерсть и окружающую среду. Заражение человека происходит при контакте с больными животными, поедании земли, сборе ягод и трав, питье воды из загрязненных яйцами гельминта источников. В органах, чаще в печени, из личинок эхинококка вырастает киста.

Основные меры профилактики:

- не есть землю;
- проводить обследование и дегельминтизацию собак и кошек;
- мыть руки после контакта с землей или домашними животными;
- обрабатывать зелень, овощи перед употреблением;
- защищать игровые детские площадки от посещений собаками.

Если у детей и взрослых появляется желание есть землю, надо проконсультироваться с врачом, который обследует и назначит необходимые микроэлементы и препараты.

*Урок 7. Упражнение «Осторожно, гельминты!» разработано для Кыргызстана.

Тема седьмая: Геофагия или привычка есть землю

Упражнение: Осторожно, гельминты!

Цель: Разъяснить детям, что привычка есть землю приводит к развитию паразитарных заболеваний/гельминтозам

Структура: Весь класс
Время: 1-2 часа

Заметки:

- Это упражнение еще раз закрепит пройденный материал (мытье рук с мылом, безопасное избавление от экскрементов).

Описание деятельности:

Расскажите детям в классе о гельминтозах. Поговорите о путях заражения, объяснив детям, что:

- если есть землю, то можно проглотить яйца глистов;
- яйца глистов попадают в почву с фекалиями животных и человека;
- нужно держать в чистоте двор, особенно детские площадки;
- если в доме есть собака или кошка, то ей нужно давать противогельминтные таблетки;
- нужно обязательно мыть руки с мылом после игры с собаками и кошками.

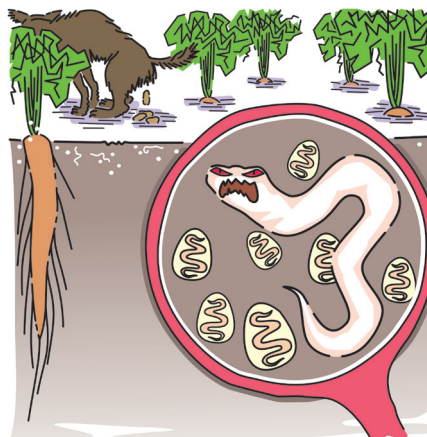
Обсудите с детьми опасность привычки многих детей и взрослых есть землю (геофагия).

Спросите у детей, слышали ли они о глистах. Попросите кого-нибудь рассказать историю, связанную с таким заболеванием. Расскажите историю из своей жизни.

Поговорите с детьми, дав им возможность вспомнить и обсудить следующее:

- Где испражняются их домашние животные – собаки или кошки?
- Кто убирает за ними?
- Когда в последний раз животным давали противоглистные препараты?

Попросите детей поговорить об этом упражнении с членами семьи, особенно тем, у кого есть младшие братья и сестры.



Использование и адаптация флеш-карт

В приложениях 1 и 2 предлагаются 327 разных ВСГ упражнений и игр. Рисунки флеш-карт могут быть использованы для усиления посланий по темам ВСГ в школах: (1) Мытье рук с мылом; (2) Безопасное избавление от экскрементов; (3) Безопасная питьевая вода; (4) Индивидуальная гигиена для мальчиков и девочек; (5) Содержание нашей школы; (6) ВСГ вне школы.

В идеале флеш-карты должны быть переняты как часть деятельности и интегрированы в регулярные ВСГ программы в школах.

При адаптации флеш-карт важно сделать предварительное тестирование Ваших рисунков до того, как Вы их завершите. Предварительное тестирование может быть сделано с отдельными детьми или маленькими группами. Дети могут разговаривать более открыто с взрослыми или другими детьми одного пола. Если послание предназначено только для мальчиков или только для девочек, то наиболее эффективным будет проводить дискуссии лидерами мужчиной или женщиной соответственно.

Перед предварительным тестированием подготовьте открытые вопросы для детей. Например: «Что вы видите на этой картинке?», «Что вы узнали из этой картинки?», «Что вам нравится в этой картинке?», «Что вам не нравится в этой картинке?». Список этих вопросов поможет Вам при дискуссии по рисункам.

Как только Вы соберете группу детей для тестирования новых рисунков, представьтесь и объясните детям, что Вы собираетесь делать и зачем. Удостоверьтесь, что каждый ребенок может четко видеть рисунок. Вы можете начать, указывая на различные части картинки и спросить: «Что вы думаете об этом?» и затем двигаться к другим вопросам.

Внимательно слушайте о том, что говорят дети. Дайте возможность детям высказаться полностью о том, как они реагируют на Вашу картинку. Будьте чувствительным и тактичным все время. Позвольте детям говорить. Не перебивайте их. Не создавайте ситуацию, чтобы они чувствовали себя глупо, если они не понимают рисунок.

Очень важно записывать все ответы. Хорошо, когда проводят тестирование два человека. Один задает вопросы, другой записывает ответы. Можно проводить тестирование со старшеклассником, который понимает картинки и послания ВСГ. Он может задавать вопросы, тогда как взрослый делает записи по ответам участников.

Попытайтесь установить, находят ли Ваш рисунок большинство детей четким, соответствующим, интересным или привлекательным. Сделайте пометки об основных трудностях, которые имели дети, пытаясь понять рисунок. На основе этих ответов Вам может быть придется поменять Вашу картинку, чтобы ее было легче понять. Помните, что каждый ребенок может воспринять рисунок по-разному. Обычно невозможно сделать изображение идеальным, которое полностью понимается каждым ребенком.

Лидер дискуссии и записывающий участник не должен подталкивать детей давать какие-то конкретные ответы. Они должны просто слушать и записывать ответы. Некоторые комментарии могут быть сделаны серьезно, тогда как другие будут мотивированы обязательствами. Например, нужно ответить, когда задают вопросы. Поэтому Вам самим надо определить, насколько серьезно воспринимать разные комментарии.

Даже маленькое предварительное тестирование лучше, чем не иметь его совсем. Это Ваш способ опроса детей, чтобы понять, как Вам создать тот или иной рисунок, который будет понятен детям. После предварительного тестирования объясните детям послание рисунка и ответьте на любые вопросы, которые они могут иметь по теме ВСГ в школах, показанных на картинках.

Руководство было переведено и адаптировано на русский и кыргызский языки при поддержке программы по Воде, Санитарии и Гигиене, ЮНИСЕФ и согласовано с Министерством здравоохранения Кыргызской Республики и Министерством образования и науки Кыргызской Республики.

Группа авторов по переводу и адаптации руководства:

Перевод с английского языка	Абазбеков С.А.
Перевод с русского языка	Абдраимова К.Д.
Редакторы русского текста	Айтмурзаева Г.Т., Турусбеков Э.А.
Редактор кыргызского текста	Маткеримова Б.М., Турусбеков Э.А.
Художник	Марченко С.А.
Дизайнер	Новосёлова Н.В.
Консультанты МЗ КР	Нурматов З.Ш., Тойгонбаева В.С.
Консультант МОиН КР	Горкина В.А.

