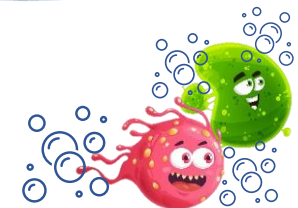




- Hvad laver børnene på billedet?
- Hvad er godt at gøre før man skal spise?
- Hvad er godt at gøre, mens man spiser?
- Hvad er godt at gøre, efter man har spist?



Ja! – smut pom'frit'
I skal ikke i nærheden
af min mad!



RANDERS

Støtteark

Før man spiser:

- Det er en rigtig god idé at vaske hænder inden man spiser – så undgår man at få skidt, snavs og måske snot på maden og ind i munden.
- Det er en god idé at tørre bordene af, inden man spiser; måske har bordene været brugt til alt muligt andet – fx at lege med modellervoks, at tegne og viske ud, at lime osv. Det er bare rart at spise, hvor der er rent og pænt – og man ikke får lim eller viskelædersnuder i maden.

Mens man spiser:

- Hvis man spiser "dele-mad", som tages fra fad, er det en god idé at bruge ta-tøj. Det er ekstra godt, hvis ta-tøj har så lange skafter, at det ikke falder ned og ligger i maden.
- Hvis man hver især bruger bestik, så er det vigtigt at tænke på, at man ikke tager mad på fadene med det, hvis man er begyndt at bruge det.

Efter man har spist:

- Det er en god idé at tørre bordene af, når man har spist - der kommer nemt lidt krummer og fedt fra maden på bordene; og måske er man kommet til at spilde lidt vand.
- Efter aftørring er bordene klar til nye aktiviteter – og man undgår at få vand og mad-snask på de ting, man leger med. Er hænderne blevet snaskede, kan det være en god idé at vaske dem efter spisning.

Faktaboks til de voksne:

Særligt i virussæsonen giver det ekstra god mening at tørre borde af inden spisning; virus i luften lægger sig over tid på overflader og bliver årsag til kontaktsmitte.

Ta-tøj kan være årsag til indirekte kontaktsmitte, hvis den del af skaftet mange rører ved, lander nede i maden.

Madrester udgør en god energireserve for bakterier.