

## HAURREKIN ATERATZEAN ZAINTEA

ETXEAN GERATZEA AHALEGIN HANDIA IZAN DA FAMILIENTZAT. ATERATZEA ONURAGARRIA DA FISIKOKI ETA EMOZIONALKI. BAINA, TALDEKATZEN BAGARA, ARRISKUA HANDITZEN DA ETA PREBENTZIO NEURRIAK BETETZEA FUNTSEZKOA DA.



**EZ IRTEN  
SUKARRAREKIN EDO  
ARNAS SINTOMEKIN**

### NOLA ATERA

**14  
urtetik  
beherako  
haurrak.**

**Ordu 1  
gehienez,  
goizeko 9etatik  
gaueko 9ak  
bitartean.**

**Gehienez  
etxetik km 1era,  
aire librean, baina  
haur-parkeak,  
jolaslokiak edo  
kirolguneak  
erabili gabe.**

**Heldu  
batek  
lagunduta,  
gehienez etxe  
berekoko hiru  
haurrekin.**

**Pasiatzen,  
korrika, saltoka...  
ibili daitezke.  
Jostailuak eraman  
ditzakete, pilotak,  
patinak...**

### PREBENTZIO-NEURRIAK

**Beste etxeetako haurrekin ez jolastea.**

**Besteekin 2 metroko  
segurtasun-tartea mantentzea.**

**Eskuak maiz eta ongi garbitzea urarekin eta  
xaboiarekin edo gel hidroalkoholikoarekin.**



Eskuak  
urarekin eta  
xaboiarekin  
bustitzen  
ditut.



Eskugaina eta  
esku-azpia ongi  
xaboitzen ditut,  
hatz artean eta  
azazkalak ere.



Xaboi  
hondarrak  
urarekin ongi  
kentzen ditut.



Eskuak  
ongi lehortzen  
ditut.



*Maskararen erabilpen egokia  
neurri osagarri bat izan daiteke.*



+ 2 m.



+ 2 m.



**ELKARTASUNEZ ETA  
ZENTZUZ JOKATZEA  
EZINBESTEKOA DA**