

HMS i helse- og oppvekstfag

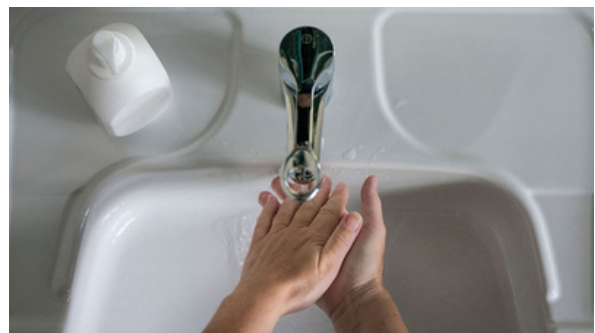
Individuell oppgave



Oppgave 1: Smitte og smittevern i barnehage, skole eller helseinstitusjon

Du jobber i barnehage, skole eller på sykehjem. Hva kan være farlig når det gjelder smitte, og hvordan kan du sikre deg selv, barna eller brukerne dine?

- Skriv 150–300 ord.
- Du skal bruke minst 10 fagord fra listen nedenfor.
- Bruk gjerne KLAR app og setningsstartere når du skriver.



Nyttige fagord:	Setningsstartere:
• Luft- og dråpesmitte • Munn-tarm-smitte • Mat- og vannsmitte • Blod- og vevssmitte • Mor-barn-smitte • Håndhygiene • Smittekjeden • Smittevern • Forebygging • Immunforsvar	1. Det kan være farlig når jeg... 2. For å unngå smitte er det viktig å... 3. Jeg kan sikre meg selv ved å... 4. Det er viktig å huske på at...

Oppgave 2: Forebygge belastninger og ulykker

Du jobber i barnehage, skole eller på en institusjon. Hvordan kan du unngå fysiske og psykiske belastninger, og hva gjør du for å jobbe trygt?

- Skriv 150–300 ord.
- Du skal bruke minst 10 fagord fra listen nedenfor.
- Bruk gjerne KLAR app og setningsstartere når du skriver.

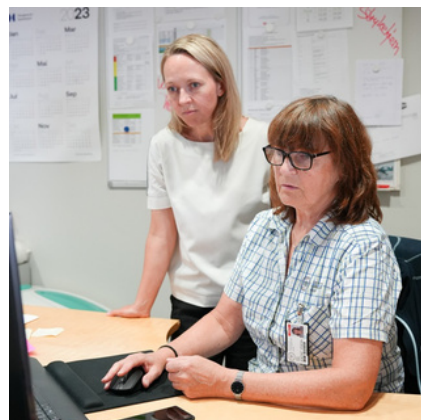


Nyttige fagord:	Setningsstartere:
• Belastning • Skadevirkning • Risiko • Sikkerhet • Regel • Miljø • Trivsel • Forebygging • Vold • Mobbing	1. For å unngå skader må jeg... 2. Det kan bli tungt for kroppen min hvis... 3. Jeg må følge reglene fordi... 4. Et godt arbeidsmiljø handler også om at...

Oppgave 3: Håndtering av avvik og farlige situasjoner

Du jobber i helse- og oppvekstfag. Hvordan kan du håndtere avvik og situasjoner der noe går galt?

- Skriv 150–300 ord.
- Du skal bruke minst 10 fagord fra listen nedenfor.
- Bruk gjerne KLAR app og setningsstartere når du skriver.



Nyttige fagord:	Setningsstartere:
• Avvik • Risiko • Regel • Skadevirkning • Sikkerhet • Varsling • Dokumentere • Verneombud • Tillitsvalgt • Verneutstyr	1. Hvis jeg oppdager et avvik, må jeg... 2. Det er viktig å varsle fordi... 3. Jeg bruker verneutstyr når... 4. For å sikre en trygg arbeidsplass, må vi...