

Om materialepakken 2026

Rådet for Bedre Hygiejne har lavet en materialepakke i forbindelse med Hygiejneugen i uge 38. I år sætter pakken fokus på hænder, tænder og luften omkring os.

Pakken er designet til at hjælpe jer med at sprede det vigtige budskab om god håndhygiejne, mundhygiejne og et godt indeklima på arbejdspladsen samt i tilbud til børn, unge og ældre.

Pakken indeholder en række materialer til synliggørelse, til oplysning og til uddeling, som tilsammen kan bruges til aktiviteter og formidling.

God fornøjelse!



Hvad indeholder materialepakke 2026?



- **Plakater:** farverige og informative plakater, der kan hænges op på arbejdspladser, daginstitutioner, skoler, ældreplejen og andre offentlige steder.
- **Postkort:** uddelingsmateriale, der giver oplysninger om god hygiejnepraksis.
- **Klistermærker:** sjove og engagerende klistermærker til børn og voksne, der skaber opmærksomhed på praksisser, der hjælper med at huske at vaske hænder, børste tænder og det gode indeklima.
- **Klistermærke til t-shirts:** til personalet for at skabe synlighed omkring Hygiejneugen.
- **Digitalt idekatalog:** indeholder beskrivelse af, hvordan man kan bruge materialerne samt forslag til aktiviteter under Hygiejneugen.
- **Andet digitalt indhold:** print-selv materialer eller til udsendelse.
- **Materialer fra samarbejdspartner:** materialer fra Jordan om tandbørstning, tandbørster og tandtråd til børn og ældre.

Se de specifikke materialer på de kommende sider

Der kan forekomme mindre justeringer på materialet

Digitalt indhold – til download

I materialepakken tilbyder vi som supplement til de fysiske materialer en print-selv-løsning, som kan findes på <https://www.hygiejneugen.dk/>

I får:

- Idékatalog med beskrivelse af, hvordan man kan bruge materialerne samt forslag til aktiviteter under Hygiejneugen
- Udkast til lokal pressemeddelelse
- Banner til hjemmeside/intranet
- Grafik til infoskærme
- Alle plakater, postkort og foldere findes digitalt – også som trykfiler!
- Hjemmeside med gode råd, som I kan sende til forældre, fx gennem AULA. Kan findes på <https://www.bedrehygiejne.dk/>



Lad os sammen
gøre det lettere at
gøre det rigtige!

2026

Medlemskaber og materialepakker

Vi tilbyder **tre** typer medlemskaber, som hver især bestemmer, hvor mange og hvor store materialepakker, man modtager:

1. Organisations- / kommunemedlemskab

- Henvendt til organisationer eller kommuner
- Giver adgang til **to materialepakker**

2. Firma- / afdelingsmedlemskab

- Henvendt til firmaer eller kommunale afdelinger
- Giver adgang til **én materialepakke**

3. Personligt medlemskab

- Henvendt til privatpersoner
- Materialet tilpasses, så det matcher behovet for **én person**

Tilkøb af yderligere pakker er muligt for 1900 DKK pr pakke (ekskl. moms)

For ikke-medlemmer:

Ikke-medlemmer af Rådet for Bedre Hygiejne kan også købe materialepakker. Prisen pr pakke er 2400 DKK (ekskl. moms)

Koordinering og ændring af medlemskab

Vi har tidligere oplevet, at der er blevet bestilt flere materialepakker pr. medlemskab.

For at lette processen opfordrer vi til, at man internt aftaler, hvem der står for bestillingen, hvis flere ønsker pakker under samme medlemskab.



BESTIL HER 😊

Man bestiller materialepakker via linket her: Der kan forekomme mindre justeringer på materialet.

<https://conferencemanager.events/hygiejneugen2026>

Bestil inden den 20. juni 2026.

Ønsker du/I at blive medlem? Eller er du allerede medlem og ønsker at opgradere medlemskabet? Så kan du sende en mail til:

raad@bedrehygiejne.dk

Hvem kan blive medlem?

Man kan blive medlem som myndighed, virksomhed eller organisation og også som privatperson, hvis man fx arbejder med hygiejneområdet fagligt, politisk, professionelt eller som forsker.

Læs mere på Rådet for Bedre Hygiejnes hjemmeside: <https://www.bedrehygiejne.dk/>

Læs mere om Hygiejneugen: <https://www.hygiejneugen.dk/>

MATERIALEPAKKEN

HELE PAKKEN

GENERELT MATERIALE

HENVENDER SIG TIL ALLE MÅLGRUPPER

A3



15 stk

A3



15 stk

Ø12cm



20 stk

Ø9cm



10 stk

Ø7cm



30 stk

TIL BØRN

Ø19cm



15 stk



15 stk



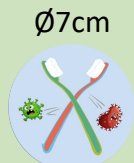
15 stk

A3



15 stk

A3



Ø7cm

30 stk



5 stk



5 stk

A6



60 stk

A6



60 stk x 2

A6



60 stk x 2

25%

Inkl produkter og materialer fra



ÆLDREPLEJEN

A3



5 stk

-----ÆLDREPLEJEN OG ARBEJDSPLADSER-----

A6



60 stk x 2

A6 folder



50 stk

Inkl produkter fra
Jordan*
Oral health for life

Generelle materialer

Henvender sig til alle målgrupper

Klistermærker på tøj

Klistermærket kan sættes på tøjet.

Kan bruges til at gøre opmærksom på
Hygiejneugen i uge 38.



Plakat til håndhygiejne

Materialet kan anvendes af både daginstitutioner, skoler, ældreplejen og private arbejdspladser på tværs af sektorer og aldersgrupper.

Formålet er at skabe opmærksomhed om, hvordan håndvask kan være med til at mindske mængden af bakterier og virus.



Håndvask med sæbe mindsker mængden af bakterier med **92%**

HYGJEJNEUGEN
Rådet for Bedre Hygiejne

Du er sjældent alene

Du tager bakterier og virus med dig rundt, selvom du ikke kan se dem.

Husk vand og sæbe – så ender deres rejse i håndvasken.

Plakat til indeklima

Materialet kan anvendes af både daginstitutioner, skoler, ældreplejen og private arbejdspladser på tværs af sektorer og aldersgrupper.

Formålet er at skabe opmærksomhed om gode vaner, når det kommer til indeklima.



HYGJEJNEUGEN
Rådet for Bedre Hygiejne

Luftvejs-
infektioner er den
hyppigste årsag
til sygefravær

**Giv bakterier og virus
den kolde skulder**

Luft ud mindst 3 gange dagligt, så mindsker I risikoen for
at sprede luftvejsinfektioner som forkølelse og influenza.

Klistermærker

Klistermærkerne kan anvendes af både daginstitutioner, skoler, ældreplejen og private arbejdspladser på tværs af sektorer og aldersgrupper. Klistermærket kan sættes på en vinduesrude.

Formålet er at skabe opmærksomhed på de hverdagspraksisser, der kan være med til at skabe et bedre indeklima lige dér, hvor man skal lufte ud.



Klistermærker

Klistermærkerne kan anvendes af både daginstitutioner, skoler, ældreplejen og private arbejdspladser på tværs af sektorer og aldersgrupper. Klistermærket kan fx sættes på dispenseren til håndklædeark, håndtørreren eller døren til toilettet.

Formålet er at skabe opmærksomhed på håndvask lige dér, hvor man vasker hænder.



Målrettet arbejdspladser

Postkort

Materialet er til både offentlige og private arbejdspladser på tværs af sektorer.

Formålet er at sætte fokus på, hvorfor det er vigtigt med god håndhygiejne og dele råd om, hvordan man skal vaske sine hænder .



HYGJEJNEUDEN
Rådet for Bødre Hygiejne

Du er sjældent alene

Du tager bakterier og virus med dig rundt, selvom du ikke kan se dem.

Husk vand og sæbe – så ender deres rejse i håndvasken.

Rådet

der, så passer du på dig selv og dem omkring

kun 1 minut

nder: Gør hænderne våde
under: Tag sæbe på og gnid mellem fingrene
nder: Skyl
nder: Tør



Postkort

Materialet er til både offentlige og private arbejdspladser på tværs af sektorer.

Formålet er at få starte en samtale om, hvorfor indeklima er vigtigt blandt kolleger og dele råd om, hvordan man kan sikre et bedre indeklima.



HYGJEJNEGEN
Rådet for Bedre Hyløjne

Giv bakterier og virus den kolde skulder

Luft ud mindst 3 gange dagligt, så mindsker I risikoen for at sprede luftvejsinfektioner som forkølelse og influenza.

er primært gennem små
godt indeklima afgørende
ide hos dig selv og dem

skabe et bedre indeklima:
dagligt
skal det vare 5-10 minutter
Ist, hvis du kan skabe

’tning - brug spørgsmålene:
på dagen, hvor luften bliver
elig at være i?
st i løbet af en dag, at vi

lufter ud?

- Hvad kan hjælpe os med at huske at lufte ud i hverdagen?

Luftvejs-
infektioner er
den hyppigste
årsag til
sygefravær

Bliv klogere på, hvordan
du kan forebygge smitte
- lyt med her:



Materialer til børn

Tandpleje, sundhedspleje, skoler og
daginstitutioner

Postkort om håndhygiejne

Materialet er målrettet børn, pædagoger, lærere og forældre og kan anvendes i daginstitutioner og skoler.

Formålet er at starte en samtale om, hvorfor det er vigtigt med god håndhygiejne og dele råd om, hvordan man skal vaske sine hænder.



HYGJEJNEUGEN
Rådet for Bedre Hygiejne

Håndvask med sæbe mindsker mængden af bakterier med **92%**

Du er sjældent alene
Du tager bakterier og virus med dig rundt, selvom du ikke kan se dem.
Husk vand og sæbe – så ender deres rejse i håndvasken.

på
g.
erne våde
på og gnid
sede og rene hænder
at vaske hænder?
hænder?
sværest at vaske?

VIDSTE DU
– at god håndhygiejne kan reducere børns sygdom i daginstitutioner og skoler med op til ... **25%**
Kilde: Finans Danmark (2021)

Plakater mundhygiejne

Materialet er målrettet børn og forældre og kan anvendes i tandklinikker, skoler, sundhedspleje og dagtilbud.

Formålet er at formidle enkle råd til børn og forældre, der kan være med til at styrke mundhygiejnen.



HYGJEJNEUGEN
Rådet for Bedre Hygiejne



20% af børn på 12 år har karies i tænderne

Gør det sværere for bakterier at lave ballade i tænderne

Børst tænder
2 gange om dagen
I 2 minutter

Skyl ikke munden
– spyt kun
tandpastaen ud



HYGJEJNEUGEN
Rådet for Bedre Hygiejne



5 år og ældre bør børste tænderne

Gør det sværere for bakterier at lave ballade i tænderne

Børst 2 gange dagligt, allerede fra første tand bryder frem

Brug tandpasta med fluor og børst i cirkelbevægelser

Postkort om mundhygiejne

Materialet er målrettet børn og forældre og kan anvendes i tandklinikker, skoler, sundhedspleje og dagtilbud.

Formålet er at formidle enkle råd til børn og forældre, der kan være med til at styrke mundhygiejnen.



HYGJEJNEUDEN
Hjælp dit barn holde tænderne sunde



Gør det sværere for bakterier at lave ballade i tænderne

Børst 2 gange dagligt, allerede fra første tand bryder frem

Brug tandpasta med fluor og børst i cirkelbevægelser

Er dit barn skal børste tænderne 2 gange hver dag! Gør det til en vane.

År der skal gå før barnet kan børste tænderne selv.

• Ros og anerkend barnet efter tandbørstningen - også selvom det var svært. Husk, at I sammen kan gøre det.

15% af børn på 5 år har karies i mælketænderne



HYGJEJNEUDEN
Hjælp dit barn holde tænderne sunde



Gør det sværere for bakterier at lave ballade i tænderne

Børst tænder 2 gange om dagen i 2 minutter

Skyl ikke munden - spyt kun tandpastaen ud

Hjælp hver holder du børste tænderne selv.

2 år gammel kan barnet skylle munden.

• Pas på med sukker og søde sager - også energidrik og sodavand

20% af børn på 12 år har karies i tænderne

Postkort om indeklima

Materialet er målrettet børn, pædagoger, lærere og forældre og kan anvendes i daginstitutioner og skoler.

Formålet er at starte en samtale om, hvorfor et fokus på indeklima er vigtigt og dele råd om, hvordan man kan sikre et bedre indeklima.



HYGIJNEUGEN
Rådet for Bedre Hygiejne

lært gennem små
indeklima afgørende
s dig selv og dem

et bedre indeklima:
gt
et vare 5-10 minutter
vis du kan skabe

brug spørgsmålene:
igt, at vi åbner

t lokale, hvor der er

len med at huske på

**Giv bakterier og virus
den kolde skulder**

Luft ud mindst 3 gange dagligt, så mindsker I risikoen for
at sprede luftvejsinfektioner som forkølelse og influenza.

Luftvejs-
infektioner er
den hyppigste
årsag til
sygefravær

Bliv klogere på, hvordan
du kan forebygge smitte
- lyt med her:



Klistermærker

Klistermærkerne er målrettet børn og kan anvendes i daginstitutioner og skoler.

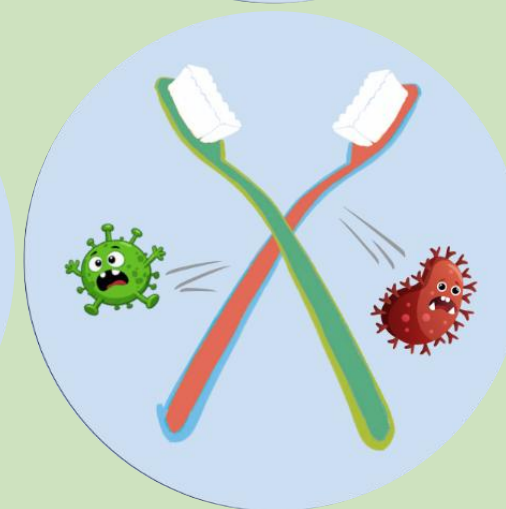
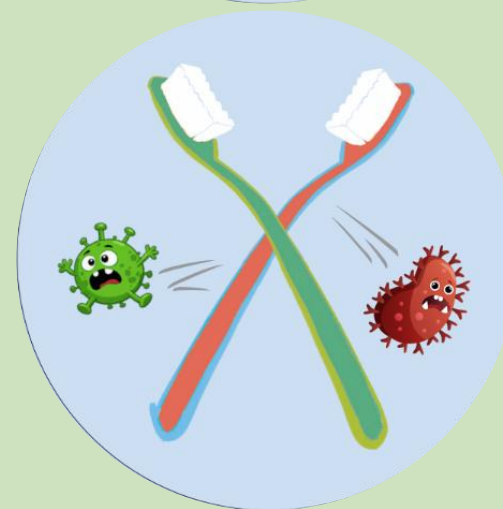
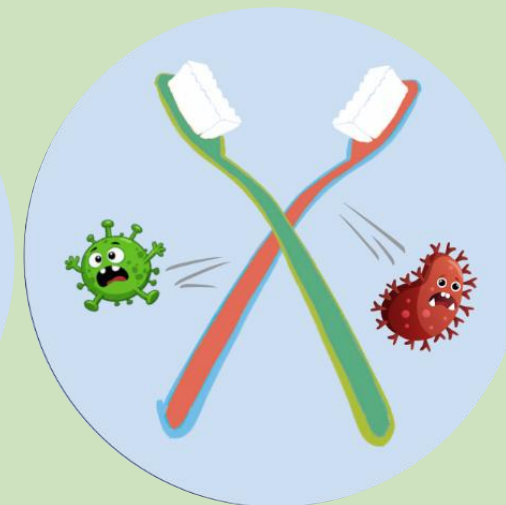
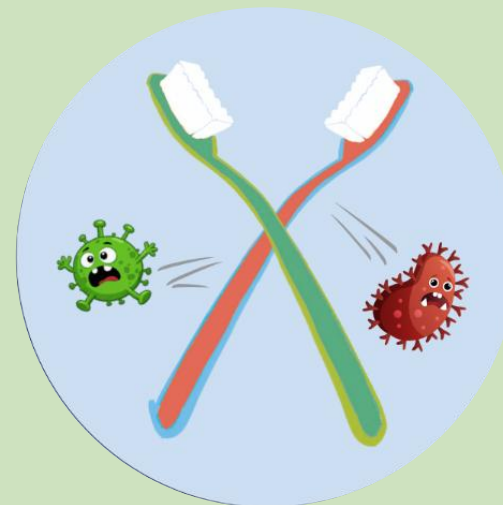
Formålet er at gøre håndvask til en leg. Sæt fodspor på gulvet fra toilet til håndvask, så børnene kan springe fra fodspor til fodspor. Sæt klistermærket med håndvask på gulvet for enden af fodspor, så børnene ender ved håndvasken.



Klistermærker

Klistermærkerne er målrettet børn og kan anvendes i tandklinikker, skoler og sundhedsplejen.

Formålet er at sætte fokus på god mundhygiejne, og de kan uddeles til børnene ved besøg hos tandplejen, sundhedsplejen eller på skolen.



Fra Jordan – til sundhedsplejersker 0-2 årige



Informationsbrev
1 stk.



Kids
tandpasta
50 stk



Pixi bog
Lille bjørn - gør smilet klar
til leg
50 stk



Gode tandbørste vaner
folder + indstik
50 stk.



Step 1
tandbørste
50 stk



Tak for i dag
folder
50 stk

Fra Jordan – til daginstitutioner 3-5 årige



Kids
tandpasta
50 stk

Step 2
tandbørste
50 stk



Pixi bog
Pio og Kanin - børster
tænder i 2 minutter
50 stk.



Informationsbrev
1 stk.

Fra Jordan – til skoler 5+ år



Step 3
Tandbørste
50 stk.



Opgavebog
50 stk



Informationsbrev
1 stk



Junior
tandpasta
50 stk.



Lærermanual
1 side
1 stk



Diplom
50 stk

Aktiviteter - til at male

Print selv - A4

Tegninger til farvelægning af dyr, som børster tænder – kan bruges i daginstitutioner, skoler eller derhjemme



Aktiviteter – find 5 fejl

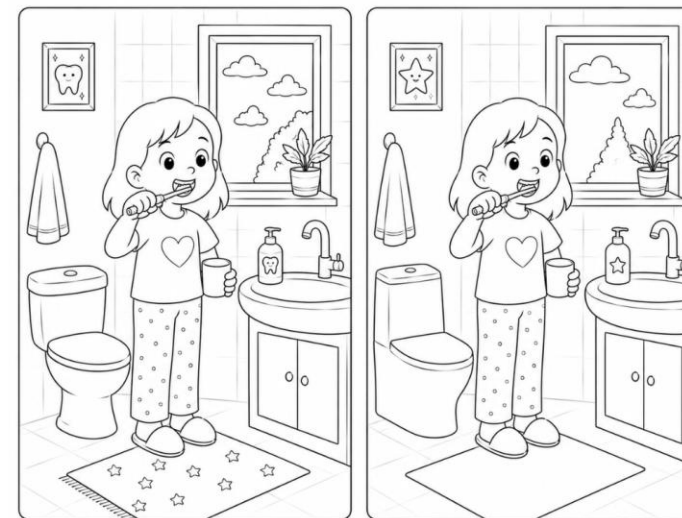
Print selv - A4

Tegninger, hvor man kan finde 5 fejl og farvelægge dem – kan bruges i dagtilbud og skoler



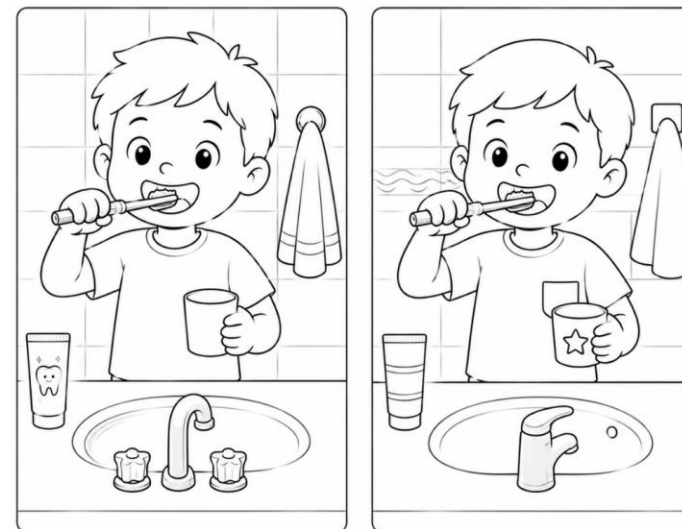
FIND 5 FEJL

Kan du finde de 5 fejl mellem billederne?



FIND 5 FEJL

Kan du finde de 5 fejl mellem billederne?



Aktiviteter

Print selv - A4

Aktiviteter til klasseundervisning eller derhjemme.

Lav dit eget timeglas som kan bruges til at tage tid under tandbørstning (se billede).



1 Klip 2 ens plastflasker over i top og bund, for at afkorte dem.



2 Lim flaskerne sammen igen



3 Lim de to låg sammen, top mod top, med en stærk lim.



4 Bor et hul ned gennem de to sammenlimede propper.



5 Hæld sand i den ene flaske og skrug forsigtigt flaskerne sammen



6 Tag tid på et gennemløb og afmål sandet så det tager 2 min. for sandet at løbe igennem.

Dit timeglas er færdigt !

Materialer til ældreplejen

Postkort

Materialet henvender sig til ældre, pårørende og fagprofessionelle i ældresektoren.

Formålet er at sætte fokus på, hvorfor det er vigtigt med god håndhygiejne og dele råd om, hvordan man skal vaske sine hænder .



HYGIEJNEUDEN
Rådet for Bedre Hygiejne

Råd fra Rådet
Vask hænder, så passer du på dig.

Det tager kun 1 minut

- 10 sekunder: Gør hænderne
- 20 sekunder: Tag sæbe på – også mellem fingrene
- 15 sekunder: Skyl
- 15 sekunder: Tør

Du er sjældent alene
Du tager bakterier og virus med dig rundt, selvom du ikke kan se dem.
Husk vand og sæbe – så ender deres rejse i håndvasken.

sæbe mindsker mængden af bakterier med **92%**

Plakat mundhygiejne

Materialet henvender sig til ældre og fagprofessionelle i ældresektoren.

Formålet er at sætte fokus på betydningen af god mundhygiejne og formidle enkle råd til ældre og plejepersonalet, der kan være med til at styrke mundhygiejnen.



The poster features a circular photograph of an elderly woman with white hair, smiling warmly. A younger woman in a blue top is partially visible on the left, with her hand on the elderly woman's shoulder. In the top right corner, there is a logo for 'HYGJNEUGEN' with a green leaf-like symbol and the text 'Rådet for Bedre Hygiejne'. A blue circular callout on the right side of the photo contains the number '500' and the text 'årlige indlæggelser blandt ældre kan forebygges ved god mundpleje'. Below the photo, the main headline reads 'Vi lever længere og bedre med rene tænder'. At the bottom, there are two columns of text providing oral hygiene instructions.

HYGJNEUGEN
Rådet for Bedre Hygiejne

500
årlige indlæggelser
blandt ældre kan
forebygges ved god
mundpleje

**Vi lever længere og
bedre med rene tænder**

Børst tænder
2 gange om dagen
I 2 minutter

Skyl ikke munden
- spyt kun
tandpastaen ud

Folder mundhygiejne

Materialet henvender sig til fagprofessionelle i ældresektoren.

Formålet er at give råd og viden til fagprofessionelle om god praksis for mundhygiejne til ældre.



500 årlige indlæggelser blandt ældre kan forebygges ved god mundpleje

Husk både tandbørsten og tandtråd i hverdagen

Vi lever længere og bedre med rene tænder
Se hvordan du kan gøre en forskel

Som medarbejder kan du være med til at forebygge smerter og infektioner ved at sikre daglig mundpleje.

10 % af dødelige lungebetændelser hos svage ældre kan forebygges med god daglig mundhygiejne

Kilde: Dansk Sygeplejeråd (2021)

Råd fra Rådet:

- Brug en blød tandbørste med et lille børstehoved
- Brug tandpasta, der indeholder fluorid
- Stil dig i en komfortabel position, hvor den ældre sidder ned og du står bagved
- Når du børster, så træk forsigtigt kinden lidt ud, så børsten kan komme til
- Sørg for, at alle flader børstes – også under kroner, broer og implantater
- Brug tandtråd eller mellemrumsbørste

Postkort

Materialet henvender sig til ældre og fagprofessionelle i ældresektoren.

Formålet er at startes en samtale om, hvorfor et fokus på indeklima er vigtigt og dele råd om, hvordan man kan sikre et bedre indeklima.



HYGJEJNEUGEN
Rådet for Bedre Hygjejn

Giv bakterier og virus den kolde skulder

Luft ud mindst 3 gange dagligt, så mindsker I risikoen for at sprede luftvejsinfektioner som forkølelse og influenza.

nitter primært gennem små
er et godt indeklima afgørende
e – både hos dig selv og dem

an du skabe et bedre indeklima:
ange dagligt
r ud, skal det vare 5-10 minutter
er bedst, hvis du kan skabe

udluftning - brug spørgsmålene:
ikter på dagen, hvor luften bliver
nehagelig at være i?
t bedst i løbet af en dag, at vi
s med at huske at lufte ud i

den hyppigste årsag til sygefravær

Bliv klogere på, hvordan du kan forebygge smitte – lyt med her:



Fra Jordan – til plejehjem/ældre



Clean Smile Care
flosser
25 stk.



Target
Sensitive
Tandbørste
25 stk.

Ønsker I at tilkøbe ekstra materialer?

I kan allerede nu tilkøbe ekstra materialepakker ud over de pakker, der er en del af jeres medlemskab. Tilkøb af ekstra pakker koster 1900 DKK for medlemmer.

Ønsker I blot at tilkøbe ekstra **klistermærker**?

Skriv til raad@bedrehygiejne.dk



**Vi ønsker jer alle en rigtig
god Hygiejneuge!**

