



BAR FRA ALBUEN OG NED!

Hvorfor må erme på arbeidsantrekket være kort, neglene klippes og fingerringer og armbåndsur tas av?

REFLEKSJONSPUNKTER TIL WEBINAR 10. JUNI 2025

Hva gjør vi bra i dag?

1. Hvilke deler av «Bar fra albuen og ned» prinsippene fungerer bra hos oss?
2. I hvilke situasjoner opplever vi at «Bar fra albuen og ned» prinsippene følges?

Hva kan vi bli bedre på?

1. I hvilke situasjoner er det utfordrende å følge «Bar fra albuen og ned» prinsippene?
2. Er det noen misforståelser eller usikkerhet knyttet til hvilke anbefalinger som er gjeldende når det gjelder håndsmykker, megler og lange ermer på arbeidsantrekket?

Hvordan kan vi jobbe for å forbedre oss?

1. Hvordan bidrar vi til å skape en kultur hvor «Bar fra albuen og ned prinsippene» følges?
2. Hva trenger vi av opplæring eller påminnelser for å sikre at «Bar fra albuen og ned» prinsippene følges hos oss?
3. Hvilke tiltak kan vi iverksette for å gjøre det enklere å følge gode rutiner i en travel hverdag?
4. Hvordan kan vi bruke det vi lærte i webinaret til å gjøre konkrete tiltak hos oss?

FAGRESSURSER OM BAR FRA ALBUEN OG NED POLICYEN

Filmer:

- [Slik proffene gjør det – håndhygiene på jobb \(2025\) \(Vimeo\)](#)
- [Alle mann til pumpene – Undervisningsfilm om håndhygiene for helsepersonell \(2019\) \(Vimeo\)](#)
- [Den usynlige utfordringen I – Håndhygiene \(2016\) \(Vimeo\)](#)
- [Det skal være lett å gjøre rett \(2023\) \(Vimeo\)](#)

Presentasjoner:

- [Bar fra albuen og ned – negler og håndsmykker i helsetjenesten \(2022\)](#)
- [Håndbok for håndhygiene i helsetjenesten - negler](#)
- [Håndbok for håndhygiene i helsetjenesten - Fingerringer, armbåndsur, armbånd og arbeidsantrekk](#)

Plakater:

- [Bar fra albuen og ned - FHI](#)
- [Ta den av – ring - FHI](#)
- [Ta den av – klokke - FHI](#)
- [Klipp dem - FHI](#)

Smykkeposer:

[Smykkepose av Tegne Hanne for Håndhygienesdagen - FHI](#)

Spørsmål om håndhygiene?

handhygiene@fhi.no

Spørsmål om webinarene?

usht-vestfold@sandefjord.kommune.no

[Se Folkehelseinstituttets temaside om håndhygiene for mer undervisningsmateriell.](#)