

## **NAVODILA ZA IZVAJANJE ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM VRTCA MAVRICA ODRANCI**

Za zdravje otrok je zelo pomembno okolje v katerem živijo. V vrtcu se trudimo, skladno z veljavno zakonodajo, zagotoviti otrokom čisto, varno in zdravo bivalno okolje. Dobro usposobljeno in izobraženo vzgojno osebje lahko veliko prispeva k osvajanju načel zdravega življenja. Zato je pomembno tudi osebno stališče in zavzetost zaposlenih do dejavnikov, ki imajo pozitivni in negativni vpliv na zdravje.

### **ZRAČENJE**

Veliko otroških boleznih se prenaša kapljično iz nosne in žrelne sluznice bolnih otrok ali klicenoscev. Povzročitelji lebdiijo v zraku, na prašnih delcih, na površinah in predmetih. Če hočemo razredčiti te klice v zraku, moramo prostore zračiti.

Prostore se prezračijo pred prihodom otrok v vrtec in v odsotnosti otrok iz oddelka (telovadnica, knjižnica, sprehod...).

Prostore za otroke zračimo po daljšem bivanju otrok v prostoru, predvsem po zaposlitvi, po uživanju hrane, pred spanjem in po previjanju. Od desete ure do petnajste ure so vključeni klimati za prezračevanje.

### **UVAJANJE OTROK**

Pri uvajanju otrok naj se starši preobujejo v svoje copate ali pa so bosih. Pravilo velja za vse, ki se zadržujejo v vrtcu in so v oddelku. Pred vhomom v oddelek si starši temeljito umijejo roke. Pri uvajanju otrok v oddelku naj bodo starši zdravi.

### **NEGA OTROK V GARDEROBI**

Starši naj pod otroka, če ga previjajo ali preoblačijo v za to namenjenem predprostoru oddelka, vedno podložijo s papirnato brisačo, ki jo po uporabi odložijo v koš za smeti, ter si dosledno umivajo roke.

### **ZDRAVSTVENO VARSTVO OTROK**

Starši morajo ob vstopu otroka v vrtec predložiti POTRDILO O ZDRAVSTVENEM STANJU OTROKA, s katerim zdravnik potrjuje, da otrok nima kontraindikacij za sprejem v vrtec. Istočasno morajo tudi starši podati zdravstvene posebnosti pri otroku (morebitne alergije, nagnjenost k vročinskim krčem ...).

Kakršnokoli dajanje terapije otrokom v vrtcih je kontraindicirano. V izjemnih primerih – kot na primer če ima otrok vročinske krče, se v skladu s pisnimi navodili oziroma privolitvijo izbranega pediatra otroka le-temu ob pojavu povišane telesne temperature lahko nudi ustrezna terapija še pred prihodom staršev oziroma eventualno zdravnika. Podobno velja tudi za otroke, ki imajo astmatične napade, epilepsijo itd.

Bolan otrok ne sodi v vrtec. Vanj se ponovno vključi šele, ko je od zadnjega bruhanja, driske ali povišane telesne temperature minilo vsaj 24 ur, priporočljivo pa je 48 ur.

Starši, naj redno javljajo vrtcu, če gre za nalezljivo bolezen, zlasti pa v primeru otroških nalezljivih boleznih, diareje oziroma bruhanja. Ob izbruhu nalezljive bolezni se javi Zavodu za Zdravstveno varstvo.

Starši oziroma skrbniki, katerih otrok zboli za nalezljivo boleznijo med bivanjem v vrtcu, so dolžni priti po obolelega otroka takoj, ko jih o tem obvesti vrtec.

### **OBLAČILA IN OBUTEV OTROK**

Obutev naj bo dovolj velika, podplat elastičen in nedrseč, da ne ovira otroka pri hoji. Rezervno oblačilo naj imajo otroci v garderobi. Če se otroka v vrtcu preobleče, starši dobijo umazano obleko v PVC vreči v otrokovi garderobi.

### **PRINAŠANJE NEVARNIH PREDMETOV V VRTEC**

Otrokom ni dovoljeno prinašati nevarnih predmetov (večji uhani, prstani, verižice, noži, majhne igrače, polomljene igrače ...).

### **IZVAJANJE ZOBNE HIGIENE**

Čiščenje zob se izvaja ko pride v vrtec medicinska sestra z ZD Lendava, ki otroke uči pravilne tehnike ščetkanja. Otroci si zobno ščetko in pasto za tisti dan prinesejo od doma.

### **ZDRAVSTVENO VARSTVO ZAPOSLENIH**

Vsi delavci opravijo preventivne zdravstvene preglede, ki so obvezni po Zakonu o varnosti in zdravju pri delu (Ur. l. RS, št. 43/2011) in Pravilniku o preventivnih zdravstvenih pregledih delavcev (Ur. l. RS, št. 87/02, 29/03 – popr., 124/06 in 43/11 – ZVZD-1 in spremembe).

Roki obdobjih zdravstvenih pregledov na MDPŠ so določeni skladno z oceno tveganja in Pravilnikom o preventivnih pregledih delavcev.

Skladno s Pravilnikom o zdravstvenih zahtevah za osebe, ki pri delu v proizvodnji in prometu z živili prihajajo v stik z živili ( Ur. l. RS, št. 82/03, 25/09 in spremembe), se vodi po vrtcih dokumentacija, ki vsebuje:

- seznam oseb, ki pri svojem delu prihajajo v stik z živili (delavci kuhinj, vzdrževalci, vzgojitelji, pomočniki vzgojiteljev ...), usklajen z dejanskim stanjem,
- za nove delavce, ki so sklenili delovno razmerje od 5.9.2003, se hranijo podpisana soglasja in individualne izjave o bolezenskih znakih,
- podpisane izjave (podpišejo jih vsi delavci, ki so na seznamu),
- individualne izjave o bolezenskih znakih, ki jih izpolnijo delavci v primeru prebolevanja obolenj, naštetih na obrazcu, ter izrečeni korektivni ukrepi s strani vodje enote oz. organizacijske vodje po predhodnem posvetu z vodjo prehrane in ZHR (korektivni ukrepi so: napotitev na zdravstveni pregled na Zavod za zdravstveno varstvo Ljubljana, premestitev na druga dela in naloge ter upoštevanje odrejenih korektivnih ukrepov),
- ugotovitev zdravnika, na podlagi potrdila o pregledu osebe, o izpolnjevanju pogojev za delo z živili in predlagane ukrepe,
- pisno evidenco o ukrepih, navedenih na podlagi predlaganih ukrepov zdravnika.

Če vodja ne more zagotoviti, da delavca zamenja drugi delavec, delavec ostane na delovnem mestu, vendar podpiše izjavo Korektivni ukrep za vzgojitelje in pomočnike vzgojiteljev pri razdeljevanju hrane, v primeru ko ni možno, da delavca zamenja drugi delavec. Ta obrazec se hrani skupaj z individualno izjavo o bolezenskih znakih.

Vsa ta dokumentacija predstavlja sestavni del notranjega nadzora na osnovah HACCP sistema.

### **USPOSABLJANJE ZAPOSLENIH ZA DELO Z ŽIVILI**

Pravna podlaga: Pravilnik o spremembah in dopolnitvah pravilnika o higieni živil (Ur. l. RS, št. 11/04).

Tako imenovanih tečajev higienskega minimuma (osnovnih in obnovitvenih) ni več. Glede na zahteve zgoraj navedenega pravilnika se vzpostavlja nov sistem sprotnega usmerjenega usposabljanja oz. izobraževanja zaposlenih za delo z živili (notranji in zunanji izvajalci).

Z živili (tudi delitev obrokov) lahko delajo le osebe, ki v praksi izkazujejo znanje o higieni živil. Nova znanja o higieni živil in načelih HACCP sistema moramo stalno dopolnjevati. Vsi zaposleni, ki prihajajo v stik z živili, se morajo udeležiti vsaj ene oblike sprotnega usposabljanja letno, skladno z zahtevnostjo njihovega dela. Vrtec vsako leto pripravi tako imenovan »LETNI PLAN USMERJENEGA SPROTNEGA USPOSABLJANJA ZAPOSLENIH«, ki je sestavni del dokumentacije o spremljajočih higienskih programih. Usposabljanje lahko izvaja oseba odgovorna za zdravstveni in higienski režim v vrtcu.

### **DELOVNA OBLEKA ZAPOSLENIH**

Strokovne delavke v vrtcu se pri izvajanju likovnih dejavnosti (slikanje, kiparjenje, grafika) zaščitijo z uporabo halje.

Predpasnik za hranjenje je obvezen v času razdeljevanja hrane. Nadene se ga tik preden se prevzame servirni voziček s hrano v kuhinji in se ga nosi, vse dokler se ne odda servirnega vozička z umazano posodo in ostanki hrane v kuhinji. Za hrambo predpasnikov je potrebno najti ustrezno čisto mesto v omari ali kuhinji, ločeno od drugih stvari. Nikoli ne sme viseti v igralnici v dosegu rok otrok.

Zaščitne rokavice so zaželeni pri nudenju prve pomoči ter pri opravilih, kjer prihaja do neposrednega stika s kužnimi materiali (previjanje otrok z drisko, ...).

### **UMIVANJE ROK**

Bistveno vlogo ima umivanje rok. Roke je potrebno pogosto umivati, obvezno pa: pred pričetkom dela; takoj po uporabi stranišča; tik pred jedjo tik pred delom z živili; takoj potem ko se prijema kaj umazanega ali okuženega.

Pedagoški delavci morajo poleg tega, da stalno skrbijo za higieno svojih rok, skrbeti tudi za to, da so umite roke otrok. Mlajšim pri tem pomagajo strokovne delavke, starejše pa se pri umivanju nadzira in jih spodbuja, da jim umivanje rok pred določenim opravilom in po njem pride v navado.

Za ustrezno umivanje rok potrebujemo neoporečno tekočo toplo vodo, tekoče milo, papirno brisačo za enkratno uporabo ter koš s pokrovom.

## **RAZKUŽEVANJE ROK**

Pravilno umite roke so dovolj čiste in jih ni potrebno razkuževati. Razkužilo se uporablja le v primeru, da tako odredi zdravstvena inšpekcija ali Zavod za zdravstveno varstvo. Za razkuževanje se odloči na osnovi epidemiološke situacije (ob pojavu nalezljive bolezni, ki se širi). Strokovne delavke si roke razkužijo po potrebi oz. odvisno od situacije v vrtcu.

## **UŽIVANJE HRANE**

V HACCP načrtu imamo razdeljevanje hrane v igralnicah opredeljeno kot kontrolno točko (KT). Zato se moramo zelo natančno držati spodaj naštetih pravil:

Prostor je potrebno prezračiti.

Očistiti je potrebno mize (namenska rumena krpica in čistilo; raztopina čistila v plastenki – označeno). Čistilo pršimo na vlažno krpo – nikoli direktno na mizo – nevarnost vdihovanja aerosolov. Po odhodu otrok iz vrtca čistilke mize in stole temeljito očistijo v primeru epidemije nalezljivih bolezni ali po večjih adaptacijah pa tudi razkužijo.

Hrana mora biti čim manj časa na sobni temperaturi in mora biti ustrezno zaščitena pred naknadno okužbo.

Po obroku pospravimo ostanke hrane v posebno posodo, ki mora biti na vozičku spodaj, očistimo mize, tla – če je potrebno, odpeljemo servirni voziček v kuhinjo, prezračimo prostor in si umijemo roke (tudi otrokom pod nadzorom).

Jedilniki so staršem predstavljeni na oglasnih deskah. Sestavljeni so v skladu z veljavnimi normativi in standardi za prehrano predšolskih otrok.

Otroci imajo ves čas bivanja v vrtcu na voljo napitek (vodo in nesladkan čaj). Za pitje se uporabljajo PVC lončki oz. stekleni kozarci. Otrokom v dopoldanskem času ponudimo tudi sadje. Pazimo, da sadje ne ostaja na oddelku za naslednji dan, zato vsak dan vrnemo skledo s sadjem v kuhinjo, da se pomije.

Praviloma starši hrane v vrtec ne smejo prinašati. Razlog: zagotavljanje zdravstvene ustreznosti živil.

V kolikor otrok potrebuje dietno prehrano, starši prinesejo zdravniško potrdilo s seznamom prepovedanih in dovoljenih živil. Vsako spremembo diete starši sporočajo organizatoriki PZHR. Vsako novo šolsko leto je potrebno zdravniško potrdilo za dietno prehrano obnoviti oz. dostaviti novo. Prav tako pa je potrebno prinesiti tudi zdravniško potrdilo, če otrok diete ne potrebuje več.

## **VZDRŽEVANJE HIGIENE PROSTOROV ZA OTROKE IN IGRAČ**

Ustrezno higiensko stanje prostorov, opreme in igrač v vrtcu je nujno, da se prepreči pojav in/ali širjenje nalezljivih bolezni. Čiščenje prostorov in opreme vrtca vsakodnevno izvajajo čistilke v popoldanskem času.

V dopoldanskem času oziroma v času, ko v vrtcu še ni čistilke, ste za ustrezno vzdrževanje higiene zadolženi pedagoški delavci – vsak delavec v okviru svojega oddelka. Za higieno prostorov, ki so skupni dvema ali več oddelkom (npr. garderobe, sanitarije ...) skrbite vsi – po razporedu, ki ga določi organizacijska vodja.

## **HIGIENSKO VZDRŽEVANJE IGRAČ**

Polomljene in raztrgane igrače strokovne delavke takoj odstranijo.

Neustrezno higiensko vzdrževane igrače lahko predstavljajo pot širjenja nalezljivih bolezni, saj otroci igrače pogosto nosijo v usta. Redno in učinkovito mokro čiščenje igrač je eden od ukrepov, s katerim v veliki meri preprečimo širjenje nalezljivih bolezni.

Plastične in lesene igrače se temeljito operejo dvakrat na leto, po potrebi oziroma ob izbruhih nalezljivih bolezni pa takoj.

*Tekstilne igrače se operejo večkrat letno v pralnici v pralnem stroju oziroma pogosteje, če je potrebno.*

## **SREDSTVA IN PRIPOMOČKI ZA VZDRŽEVANJE HIGIENE**

Čistilka naroča čistilna sredstva in skrbi, da so v oddelkih napolnjene posodice za milo in platenka za čisto. Čistilka skrbi za redno menjavanje čistilnih krp.

Raztopine čistil v plastičnih razpršilkah so nameščene vedno na mestu, ki je izven dosega rok otrok! Koncentrirana čistila so hranjena v posebnem prostoru, kamor otroci nimajo vstopa. Prostor s čistili je vedno zaklenjen, ključ pa na mestu, ki ga otroci ne dosežejo!

Plastične razpršilke z raztopinami čistil morajo biti vedno ustrezno in vidno označene (vrsta čistila in področje uporabe).

Površino, ki se jo čisti, se najprej zmoči z mokro krpo, nato se raztopina čistila naprši na vlažno krpo (nikoli ne pršite direktno na površino, zlasti ne v prisotnosti otrok – nevarnost vdihavanja aerosolov!!!), površino se očisti in v končni fazi vedno spere še s čisto vodo, da se odstrani umazanija in ostanki čistila.

## **KRPE ZA ČIŠČENJE**

ROZA KRPE se uporabljajo za otroške mizice, stole, police, igrače.

ZELENE KRPE se uporabljajo za previjalne mize.

RUMENE KRPE se uporabljajo za čiščenje v kuhinji.

Krpe za brisanje so vedno na razpolago in na zalogi. Krpe se perejo redno pri visokih temperaturah.

## **SPANJE**

Pred spanjem se prostor prezrači. Ležalniki se postavljajo po kosilu. Razporejeni so tako, da je otrokom zagotovljena možnost gibanja med ležalniki, da ima pomočnica vzgojiteljice prost dostop do vsakega otroka.

## **POGOSTOST PRANJA PREVLEK ZA LEŽALNIKE IN PONJAVE**

Ležalniki naj se preoblačijo vsakih 14 dni, po potrebi tudi bolj pogosto.

Za I, II in III skupino se perejo prevleke prvi in tretji teden v mesecu. Za I in II skupino je pranje perila ob ponedeljkih, za III skupino ob sredah.

Za IV in V skupino se perejo prevleke drugi in četrti teden v mesecu. Za IV skupino je pranje perila ob ponedeljkih, za V skupino ob sredah.

**V primeru pojava nalezljive bolezni v oddelku se ležalnike preobleče oziroma zamenja prevleke takoj ob pojavu nalezljive bolezni in ne glede na urnik rednega periodičnega pranja prevlek.**

## **HIGIENSKO VZDRŽEVANJE IGRIŠČ, PESKOVNIKOV IN IGRAL**

Psom in mačkom preprečimo dostop do igrišč oz. peskovnikov. Vsako jutro, preden se odpelje otroke na igrišče, se igrišča dosledno in natančno pregleda.

Hišnik peskovnik občasno pregrabi z gostimi grabljami, odstrani smeti in druge predmete, očisti obod in okolico. Če se najdejo iztrebki, se jih odstrani skupaj s peskom okoli njega, preden se peskovnik pregrabi. Ko se peskovnik ne uporablja je pokrit, če je to le mogoče.

## **DERATIZACIJA V VRTCU**

Strupi, ki jih uporabljajo za deratizacijo, preprečujejo strjevanje krvi pri živalih in človeku. Vabe morajo biti postavljene v boksih, ki so stalno nameščeni in se jih pregleduje. Mesta boksov morajo biti vrisana v načrte. Največkrat so to mesta v kletnih prostorih, ki so nedostopna otrokom in niso v stiku s hrano. V primeru, da je potrebno nastaviti strup tudi v prostorih, kjer se zadržujejo otroci, pa mora biti strup odstranjen in površine očiščene pred njihovim prihodom v ta prostor.

V igralnice se vabe za glodalce vedno postavijo v popoldanskem času, ko je vrtec prazen. Po opravljeni postavitvi vab v igralnici izvajalec označi vrata z opozorilom o prepovedi vstopa v prostor. Pristojna oseba vrtca mora zakleniti igralnico.

Izvajalec mora na zapisniku vpisati in vrisati mesta postavitve vab: ime igralnice in število postavljenih vab. Naslednjega dne (oz. po vikendu) vabe pobere izvajalec – tisti, ki jih je tudi postavil.

Pristojna oseba vrtca mora zagotoviti, da nihče ne vstopi v igralnico pred izvajalcem. Igralnica mora biti odklenjena neposredno pred izvajalcem. Izvajalec izpolni drugi del zapisnika o pobranih vabah in zapiše ugotovitve.

V primeru, da je potrebno nastaviti strup tudi v prostorih, kjer se zadržujejo otroci, pa mora biti strup odstranjen in površine očiščene pred njihovim prihodom v ta prostor.

Strupi niso hitro delujoči. Zato v primeru nesreče ne izgubite razsodnosti. Če se je otrok samo dotaknil vabe, mu kožo dobro operite. Če je imel vabo v ustih mu dobro izperite usta, če pa jo je pojedel mora vsebino izbruhati (ne dajte mu piti mleka!). Nato se odpravite k zdravniku.

Strup je bolj nevaren v večkratnih odmerkih manjših količin. Učinek strupa je odvisen od telesne teže otrok, kar pomeni, da je za lažje otroke bolj nevaren.

Vsekakor pa deratizacija ne bo potrebna, če bodo vzdrževani prostori čisti, suhi in brez organskih odpadkov. Smeti pa morajo biti v zunanjih kontejnerjih dobro zaprte in redno odstranjene.

## **KAJENJE**

Kajenje v vrtcih je v celoti prepovedano. Prepoved kajenja mora biti označena na vidnem mestu.

## **MALE ŽIVALI V VRTCU**

V vrtcih so lahko samo živali, ki so v zaprtih posodah: akvarijih, terarijih in akvaterarijih.

Le-te pa morajo biti vsako leto pregledane pri veterinarju. Ostale živali, zaradi možnosti prenosa infektov in zahtevnega vzdrževanja, niso primerne.

## **ORGANIZATOR HIGIENSKEGA REŽIMA V VRTCU**

- načrtuje, organizira, usklajuje in nadzira delo na področju higienskega režima;
- predlaga in uvaja novosti in izboljšave pri postopkih del na higienskem področju;
- predlaga nakup novih osnovnih sredstev za higiensko področje;
- svetuje in strokovno pomaga tehničnemu osebju;
- svetuje in strokovno ter pedagoško pomaga pedagoškemu osebju
- sodeluje z zunanjimi ustanovami;
- ukrepa in sodeluje v primeru nalezljivih bolezni in drugih nevarnosti, obvešča ustrezne organe in jim poroča v zvezi s tem;
- v primeru nalezljivih bolezni napiše obvestilo za starše;
- izvaja druge naloge po navodilih ravnatelja.

Navodila pripravila oseba zadolžena za zdravstveno higienski režim v vrtcu:

Barbara Ščavničar

---

Navodila so bila zaposlenim v vrtcu predstavljena dne: \_\_\_\_\_

Nataša Tomšič, pomočnik ravnatelja v vrtcu

---