



OSNOVNA ŠOLA
MILANA MAJCNA
ŠENTJANŽ
VRTEC PRI OŠ

ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V VRTCU PRI OSNOVNI ŠOLI MILANA MAJCNA ŠENTJANŽ IN ZAGOTAVLJANJE VARNIH ŽIVIL V IGRALNICI – HACCP V IGRALNICI

interno navodilo

KAZALO VSEBINE

I.	ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V IGRALNICI.....	3
	HIGIENA OTROK IN STROKOVNEGA KADRA	3
	Osebna urejenost	3
	Umivanje obraza.....	3
	Umivanje rok	4
	Brisanje rok po opravljeni veliki potrebi	4
	Zaščita pred soncem in klopi	4
	HIGIJENA V IGRALNICI	4
	Prezračevanje prostorov	4
	Čiščenje kahlic	5
	Skrb za stekleničke in dude	5
	Sistem plen, vlažili robčki, robčki za nos.....	5
	ČIŠČENJE IN RAZKUŽEVANJE IGRALNICE IN IGRAČ.....	6
	Skrb za čistočo prostorov	6
	Ležalniki in skrb za posteljnino	7
	Vzdrževanje in čiščenje igrač in vzgojnih pripomočkov.....	7
	Čiščenje igralnice – čistilka	8
	Pranje posteljnine, mehkih igrač, slinčkov, krpic – perica.....	8
	IGRIŠČE IN ZUNANJA IGRALA.....	8
	NAVODILA ZA GIBANJE OTROK NA PROSTEM V ZIMSKEM ČASU	8
II.	ZAGOTAVLJANJE VARNIH ŽIVIL V IGRALNICI – HACCP V IGRALNICI.....	9
	OSEBNA NEGA.....	9
	HACCP ZA IGRALNICO.....	9
	Praznovanje rojstnega dne.....	10
	Kultura hranjenja.....	10
	Diete	10
	Shranjevanje živil v igralnici.....	10
III.	PRILOGE.....	Napaka! Zaznamek ni definiran.

I. ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V IGRALNICI

Vsi delavci opravljajo preventivne zdravstvene preglede, ki so obvezni po Zakonu o varnosti in zdravju pri delu (Ur. l. RŠ, št. 56/1999) in Pravilniku o preventivnih zdravstvenih pregledih delavcev (Ur. l. RS, št. 87/2002).

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

Vsi strokovni delavci, pa tudi študentje in dijaki, ki vstopajo v oddelek, se pred nastopom dela ali pred začetkom opravljanja prakse seznanijo z zahtevami za zagotavljanje ustreznega zdravstveno higienskega režima v vrtcu.

Novozaposleni in študenti so dolžni podpisati Soglasje k obveznosti prijavljanja bolezni (Priloga 3), ki se lahko prenašajo z delom in Individualno izjavo o bolezenskih znakih (Priloga 4).

HIGIENA OTROK IN STROKOVNEGA KADRA

Osebna urejenost

Dolžnost delavcev je, da pri svojem delu ne ogrožajo otrok in obenem varujejo tudi sebe, zato je delovna obleka obvezna. Delovna halja je lahko vrtčevska ali osebna, mora pa biti namenska. Prav tako mora biti delavka opremljena z namensko obutvijo, ki je namenjena uporabi samo v vrtcu.

Ob prevzemu vozička s hrano pa do oddaje vozička morajo strokovne delavke nositi predpasnik. Za shrambo predpasnikov je potrebno najti ustrezno čisto mesto v omari, ločeno od drugih stvari. Nikoli ne sme viseti v igralnici na dosegu rok otrok.

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

Obiskovalci v oddelku:

- V igralnico vstopajo obiskovalci (starši, dijaki, študentje in drugi) v ustrezni obutvi (copati).
- Pri hranjenju otrok sodelujejo le strokovne delavke, starši lahko hranijo le svojega otroka.

Umivanje obraza

Najbolj primerno je, da se otrokov obraz umije pod tekočo vodo in obriše s papirnato brisačo za enkratno uporabo.

Umivanje rok

Otroci večkrat dnevno umivajo roke pod tekočo vodo:

- pred in po hranjenju,
- po uporabi sanitarij oz. po previjanju,
- ob prihodu v igralnico (iz garderobe, z igrišča ...),
- po dejavnosti.

Strokovni delavci otrokom pomagajo pri umivanju rok. Predvsem je pomembno, da si po uporabi stranišč roke vedno umijejo z milom in jih nato dobro sperejo s tekočo vodo, tako da ni več sledu mila. Pri umivanju rok uporabljajo tekoče milo in papirnate brisače za enkratno uporabo.

Umivanje rok zaposlenih:

- po prihodu na delo,
- pred in po stiku s hrano (priprava, hranjenje),
- po stiku z otrokovimi izločki (izločki iz nosu, bruhanje ...),
- po brisanju nosu,
- po rokovanju z drugo osebo,
- po stiku z živaljo,
- ko so roke vidno umazane,
- pred odhodom domov.

Brisanje rok po opravljeni veliki potrebi

Po opravljeni veliki potrebi je potrebna pomoč odrasle osebe pri brisanju ritk. Če se otrok že samostojno obriše, ga morajo pri opravi nadzorovati, mu pomagati in usmerjati, da bo postopek pravilen in skladen s higienskimi načeli. Zelo pomembna je doslednost pri umivanju rok.

Zaščita pred soncem in klopi

V vrtcu se ne uporablja zaščite pred soncem in klopi, ker zanjo ni soglasja staršev. Strokovni delavci staršem priporočijo, da sami otroke zaščitijo pred prihodom v vrtec. V poletnih mesecih pa tudi, naj otroci nosijo kape kot zaščito pred soncem.

HIGIJENA V IGRALNICI

Prezračevanje prostorov

Redno prezračevanje prostorov je pomembno zaradi zagotovitve primerne kakovosti zraka v bivalnih oziroma delovnih prostorih, v vrtcu pa je prezračevanje tudi eden od ukrepov za preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni.

Način prezračevanja je odvisen od letnega časa oziroma od zunanjih temperatur.

Igralnico naj bi dnevno prezračili najmanj 3x (po zajtrku, kosilu in po končanem počitku). Najbolj učinkovito je zračenje s pomočjo prepriha. V odsotnosti otrok se za 2 do 3 minute hkrati odprejo okna in vrata. Ta čas ne sme biti daljši, še posebno ne v zimskem času. Če se zrači dlje časa, se bo temperatura igralnice spustila pod 20 °C. V prehodnem letnem času, ko zunaj dnevna temperatura ni nižja od 20 °C, so lahko okna v igralnicah, sanitarijah in garderobi odprta (tako, da je zgoraj priprto) preko celega dneva. V takšnem primeru so pozorni, da pod tem ali pri tem oknu ne sedijo ali ležijo otroci. Vrata morajo biti v tem času zaprta, tako da ne ustvarjajo prepriha.

V primeru nalezljivih bolezni se poveča pogostost zračenja.

Prostori za otroke morajo biti enakomerno ogrevani. V I. starostni skupini od 20 do 23 °C, saj so mlajši otroci bolj izpostavljeni podhladitvi oziroma pregrevanju. Za otroke II. starostne skupine je najprimernejša temperatura od 20 do 21 °C. V prostorih za rekreacijo pa naj temperatura niha med 18 in 19 °C.

Čiščenje kahlic

Vsebina kahlic se izlije v WC-školjko. Kahlice se spere pod tekočo vodo in se jih tedensko razkuži. Če ima otrok drisko, je kahlico potrebno temeljito oprati in razkužiti. Umazana oblačila se odloži v vrečko, ki se jo preda staršem. V primeru od blata zelo umazanih oblačil se blato odstrani s papirnato brisačo in po potrebi splakne pod prho (potem se jo dobro očisti). Otroke se po potrebi umije pod prho.

Skrb za stekleničke in dude

Stekleničke, ki jih starši dnevno ne odnašajo domov, se dnevno opere pod vročo vodo in se jih hrani na poličkah, označenih z otrokovim imenom. Na poličkah se hranijo tudi dude.

Sistem plenice, vlažilni robčki, robčki za nos

Vrtec nima lasnih plenice, vlažilnih robčkov in robčkov za nos. Starši ob prihodu otroka v vrtec prinesejo plenice, vlažilne robčke in robčke za nos. Ko jih zmanjka, so starši o tem obveščeni. Postopek previjanja:

- Na previjalno podlogo se zaradi prenosa okužbe z nečistega dela na predmete splošne uporabe in s tem na otroke ne odlaga hrane, skodelic, stekleničk, dud in drugih predmetov (igrača, torbice ...).
- Razkuži se previjalno podlogo (razkužilo + papirnata brisača).
- Pred in po previjanju si strokovni delavec umije roke, prav tako tudi otroku.
- Ritko se briše z vlažilnimi robčki, ki se skupaj s pleniciami zavijejo v plastično vrečko.
- Umazane plenice z vlažilnimi robčki se odvrže v zunanji koš za smeti.
- Če je koža vneta, pordela, se ritko namaže s hladilnim mazilom, ki ga prinesejo starši in ga hranijo na polički posameznega otroka. Na hladilno kremo se napiše datum odprtja, strokovni delavci so pozorni na rok uporabe.
- Previjalna podloga se pospravi in očisti.

Če strokovni delavci pri previjanju uporabljajo rokavice za enkratno uporabo, si pred uporabo rokavic roke umijejo. Med previjanjem ne prijemajo drugih stvari (kljuke, otrokovih rok ...). Po

previjanju si snamejo rokavice in si ponovno umijejo roke. Sledijo pravilu: ene rokavice, ena otroška ritka.

Za brisanje nosu uporabljajo papirnate robčke.

ČIŠČENJE IN RAZKUŽEVANJE IGRALNICE IN IGRAČ

Strokovni kader čisti v igralnicah vsak dan večkrat dnevno stole in mize, previjalno mizo, garderobo, sanitarije in po potrebi pobriše prah. Po dogovoru očisti ležalnike, posteljnino in igrače. Za čiščenje v igralnici se v vsaki igralnici nahaja načrt čiščenja, ki visi pri delovni mizi vzgojiteljice. Za izpolnjevanje so zanj odgovorni vsi strokovni delavci v igralnici.

Čiščenje prostorov in opreme vrtca vsakodnevno izvaja čistilka v popoldanskem času. Čisti gladke površine igralnice.

Sprotno izvajanje higienskega režima izvajajo strokovne delavke same. Omare in police, na katerih so zložene stvari, očistijo enkrat mesečno.

Skrb za čistočo prostorov

Igralnica, garderoba, sanitarije

- Mize je potrebno očistite pred in po vsakem obroku in po potrebi glede na dejavnost, ki se v oddelku izvaja (strokovni delavci v oddelku).
- Dnevno se briše stole, še posebno pri mlajših otrocih (strokovni delavci v oddelku).
- Enkrat tedensko se poskrbi za temeljito čiščenje miz in stolov (strokovni delavci v oddelku).
- Vsak dan se briše prah v igralnici in prostorih izven igralnice, ki pripadajo igralnici (garderoba, hodnik), ter se poskrbi za urejen izgled igralnice in pripadajočih prostorov (čistilka).
- Vsak strokovni delavec večkrat dnevno in sproti po uporabi preveri urejenost otroške umivalnice in WC-ja ter nadzoruje otroke pri uporabi teh prostorov. Če so tla v umivalnici mokra, jih je potrebno obrisati (strokovni delavci v oddelku).
- V dopoldanskem času, ko čistilka še ni prisotna, poskrbijo strokovni delavci za čistočo v garderobi (pometejo blato, smeti ...).

Za čiščenje miz v oddelkih se uporabljajo krpe iz umetnih vlaken ali mikrokrpice, ki se lahko perejo na najmanj 60 °C. Po uporabi se krpe odloži v koš za umazano perilo v pralnici. Čiste krpe po pranju perica prinese v igralnico, kjer jih strokovni delavci pospravijo na poličko, namenjeno krpicam.

Postopek čiščenja miz, stolov:

- Vzame se čisto krpo in se jo splakne.
- S splaknjeno krpo se pobriše mizo, po potrebi se uporabi razredčeno čistilo v razpršilki, vendar je potrebno paziti, da razpršenega čistila ne vdihavajo otroci.
- Po končanem brisanju miz se krpo dobro izpere in se jo uporablja tekom dneva. Na koncu dneva se krpo odloži v koš za umazano perilo.

Ležalniki in skrb za posteljnino

Vsak otrok ima svoj ležalnik, na katerem spi le on in ima označenega s svojim znakom in imenom. Ležalniki so shranjeni na kupu, zatakneni eden v drugega. Ležalnice se preoblači enkrat na štirinajst dni. Skupini se pri preoblačenju ležalnikov tedensko izmenjujeta. Če se pojavijo nalezljive bolezni ali če so na ležalniku opazne nečistoče, je ležalnice potrebno preobleči takoj. Ležalniki se postavljajo po kosilu. Pri postavitvi ležalnikov za počitek otrok je potrebno upoštevati razdaljo najmanj 30 cm oziroma upoštevati postavitev ležalnikov glavnoge.

Vzdrževanje in čiščenje igrač in vzgojnih pripomočkov

Igrače morajo biti čiste in cele. Zlomljene igrače, predmete, poškodovan inventar se odstrani iz igralnice (večje polomljene stvari pomaga odstraniti ali popraviti hišnik).

Pranje ljubkovalnih igrač (pliš in podobno)

Med ljubkovalne igrače se štejejo vse plišaste igrače in igrače, ki so iz blaga. Ljubkovalne igrače se enkrat mesečno operejo v pralnem stroju. Ljubkovalne igrače uporabljajo otroci samo na ležalnikih med počitkom.

Čiščenje in razkuževanje mehkih igrač:

1. pranje v pralnem stroju na 40 stopinj,
2. zračenje mehkih igrač glede na prostorske pogoje (v letnem času na soncu) ali v sušilcu za perilo.

Pranje pralnih igrač (kocke in podobno)

Med pralne igrače se štejejo vse igrače, ki se lahko čistijo pod tekočo toplo vodo in se pri tem ne poškodujejo. Pralne igrače se pere enkrat na 14 dni, in sicer pod tekočo vodo z uporabo čistila. Nato se jih splakne pod tekočo vodo in osuši. V primeru nalezljivih bolezni se pralne igrače pere pogosteje.

Vzdrževanje čistoče v bivalnih prostorih (igralnica, sanitarije, garderoba, vrata).

V dopoldanskem času strokovni delavci večkrat dnevno:

- pregledajo urejenost sanitarij (če je potrebno, jih očistijo), v stranišču potegnejo vodo,
- po potrebi očistijo kljuke (če je na njih hrana, barva ...),
- večkrat dnevno očistijo mize in stole (po obrokih, dejavnostih) in jih ob koncu delovnega časa v igralnici očistijo in urejene zložijo skupaj (stole na mize),
- tla v garderobi morajo biti vedno suha in čista tudi v dopoldanskem času,
- počistijo omare, nizke omarice, če so na njih lepili stvari in so vidni sledovi lepila ali drugi stvari (čaj, kozarec ...).

Čiščenje in razkuževanje PVC-igrač:

1. mehanično čiščenje s toplo vodo in dodatkom detergenta za pomivanje posode in ščetko,
2. izplakovanje pod tekočo, vročo vodo,
3. razkuževanje,
4. izplakovanje pod tekočo, vročo vodo (odvisno od razkužila),
5. osušiti na čisti površini (brisači, prevleki ...).

Čiščenje igralnice – čistilka

Čistilka vsak dan v igralnici počisti tla (pomete in pomije), okenske police, izprazni koše za smeti, počisti vrata, ogledala v igralnici in druge steklene površine v igralnici. Na omarah pobriše prah vsak teden. Umije sanitarije v celoti, garderobo pomete in pomije.

Pranje posteljnine, mehkih igrač, slinčkov, krpic – perica

Perica dnevno preveri količino umazanih slinčkov in krpic. Poskrbi za redno pranje (dva- do trikrat tedensko). Oprane stvari posuši v sušilnem stroju ali na sušilu. Tedensko ali po potrebi tudi večkrat tedensko pere posteljnino, ki je prenesena v pralnico.

IGRIŠČE IN ZUNANJA IGRALA

Ko peskovnik ni v uporabi, mora biti pokrit s ponjavo, ki prepričuje dostop živalim.

Po odhodu z igrišča je potrebno pospraviti vse igrače.

Ob ugotovitvi, da je posamezno igralo, ograja ali ostala oprema na igrišču poškodovana, je potrebno obvestiti hišnika in organizatorja ZHR.

Igrišče je potrebno pred vsako uporabo pregledati. Ta pregled opravi pooblaščen strokovni delavec. Trimesečni pregled igrišč opravi strokovni delavec, pooblaščen za pregled igral skupaj s hišnikom.

NAVODILA ZA GIBANJE OTROK NA PROSTEM V ZIMSKEM ČASU

Priporočila za temperaturo, pri katerem bi bilo potrebno omejiti gibanje na prostem, ni. Če je temperatura pod -10°C , se omeji gibanje na prostem na 15 minut.

Otroke je pred sprehodom v mrazu potrebno obleči v topla oblačila, sestavljena iz več plasti lažjih oblačil, saj tako učinkoviteje ohranjajo telesno temperaturo. Nosijo naj kapo, šal, rokavice, ki se na koncu tesno prilegajo zapestjem, in vodoodporno obutev. Volnena in svilena oblačila ter oblačila iz nekaterih umetnih materialov (polipropilen) so toplejša od bombaža. Vrhnja oblačila naj bodo tesno tkana (plašč, jakna itd.) in naj ne prepuščajo vetra.

Otroci naj na mrazu ne mirujejo. Če otrok sedi oz. ga prične zebsti, ga strokovni delavci spodbujajo, da giba z rokami in nogami. Pozorni morajo biti na mrazenje. Če opazijo, da otroka mrazi ali se celo trese, ga pospremijo v toplel prostor. Mrazenje je pomemben znak, da telo izgublja toploto hitreje, kot jo proizvaja.

Zrak, ki je imel zunaj temperaturo $-10\text{ }^{\circ}\text{C}$, se že po petih centimetrih poti skozi nos segreje na okrog $15\text{ }^{\circ}\text{C}$. Ko je v grlu, je temperatura že $21\text{ }^{\circ}\text{C}$, pri vstopu v pljuča pa že $30\text{ }^{\circ}\text{C}$. Vlaženje dihalnih poti jih lahko izsuši in povzroči težave, kot so suha usta, pekoče grlo in splošno draženje. To se lahko omeji, če so usta in nos pokriti s šalom ali z obrazno masko, s čimer se poveča vlaženje zraka in zmanjša izgubljanje vode. Otroci, ki se dlje časa aktivno gibajo na mrazu, izgubljajo tudi tekočino, zato se otrokom ponuja toplo tekočino ($+37\text{ }^{\circ}\text{C}$).

Posebej pozorni morajo biti na otroke z astmo in kroničnimi obolenji dihal. Fizična aktivnost in astma sta zelo povezani, saj se pri mnogih otrocih z astmo, pri katerih bolezen ni dobro nadzorovana (neustrezno protivnetno zdravljenje), pojavijo simptomi ob izvajanju fizične aktivnosti. Večina otrok, pri katerih pa je astma ustrezno zdravljena, pri telesnih obremenitvah nima večjih težav. Pogosto so te prisotne ob sočasnosti večjih sprožilcev (tek na hladnem zraku, telesna obremenitev ob pridruženem stresu, kot je npr. tekma, testiranje ...). Astma ne predstavlja omejitev za gibanje.

II. ZAGOTAVLJANJE VARNIH ŽIVIL V IGRALNICI – HACCP V IGRALNICI

Vsi, ki sodelujejo v prometu z živili, morajo upoštevati osnove HACCP sistema in ravnati tako, da se v celotni verigi zagotovi varno živilo. Zato morajo strokovni delavci v fazi prevzema vozička s hrano in pri razdeljevanju hrane upoštevati navodila, ki so podana v nadaljevanju.

OSEBNA NEGA

Higiena rok je zelo pomemben ukrep pri preprečevanju prenosa okužb in je obvezno opravilo, preden strokovni delavec prevzame voziček s hrano.

Postopek pravilnega umivanja rok (higiensko umivanje rok):

- pred umivanjem je potrebno sneti nakit in uro;
- roke se zmoči pod toplo tekočo pitno vodo;
- na roke se nanese milo;
- namili se vse površine rok – dlani, hrbtišče rok, medprstne prostore, palca, konice prstov in zapestij – tako, da se drgne vsak del roke ob drugo, vsak gib naj bi izvedli 5-krat zapovrstjo;
- roke se temeljito spera s čisto tekočo toplo vodo;
- obriše se jih s papirnato brisačko za enkratno uporabo;
- pipo se zapre z brisačo ali s komolcem;
- uporabljeno brisačko se odvrže v koš za odpadke.

Higiensko umivanje rok naj bi trajalo približno 30 sekund.

Otroke je treba pri umivanju nadzorovati in jih učiti pravilnega postopka ter jim razložiti, zakaj je umivanje rok potrebno.

HACCP ZA IGRALNICO

V HACCP načrtu je razdeljevanje hrane v igralnici opredeljeno kot kritična kontrolna točka. Natančno se je potrebno držati naslednjih pravil:

- igralnico je potrebno urediti (pospraviti igrače, razporediti mize, stole ...);

- prostor temeljito prezračiti;
- očistiti mize (z namensko krpo, razpršiti čistilo in mizo mokro očistiti);
- čas obrokov se določa na začetku šolskega leta in se ga je potrebno držati;
- pri delitvi obrokov morajo biti zaposleni popolnoma zdravi, pomembna je osebna urejenost in osebna higiena strokovnih delavcev in otrok;
- hrana mora biti čim manj časa na sobni temperaturi in mora biti ustrezno zaščitena pred naknadno okužbo;
- v igralnici se čista in odpadna živila ne smejo zadrževati predlogo – le v času obrokov, pogojev za shranjevanje živil v igralnicah ni;
- strokovni delavci si, preden prevzamejo voziček s hrano, nadenejo namenski predpasnik za razdelitev hrane;
- preveriti je potrebno, da otroci ne jemljejo drugim otrokom hrane, pribora ali krožnikov;
- po obroku se pospravi ostanke hrane v posebno posodo, ki mora biti na vozičku spodaj. V zaboj se zloži krožnike, lončke in umazan pribor ter posodo postavi na voziček. Čista hrana naj ostane čista v posodah;
- mize se po obroku očistijo na enak način kot pred obrokom;
- če so na tleh ostanki hrane, je potrebno očistiti tudi tla.

Praznovanje rojstnega dne

Starši v vrtec ne prinašajo hrane. Za rojstnodnevno praznovanje otrok potrebna živila priskrbi vrtec. Ob začetku šolskega leta se strokovne delavke dogovorijo z vodjo kuhinje o izbranih potrebnih živilih, ki jih priskrbijo na dan praznovanja.

Kultura hranjenja

V vrtcu morajo zaposleni posvetiti posebno pozornost tudi kulturnemu uživanju hrane, v času obrokov mora biti v igralnici umirjeno, prijetno vzdušje.

Diete

Dietno prehrano v vrtcu zagotovijo za otroke, ki prinesejo zdravniško potrdilo, na podlagi katerega izdelajo seznam dovoljenih oziroma prepovedanih živil.

Shranjevanje živil v igralnici

Pogojev za shranjevanje živil v igralnici ni, zato naj se vsa živila takoj po obroku vrnejo na vozičku v kuhinjo.