



# ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V VRTCU MOJCA IN ZAGOTAVLJANJE VARNIH ŽIVIL V IGRALNICI - HACCP V IGRALNICI

interno navodilo

Pripravila: organizatorica PZHR, Jana But

## VSEBINA

### I. ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V VRTCU

1. ČIŠČENJE
2. POSEBNOSTI V ODDELKIH PRVE STAROSTNE SKUPINE
3. UMIVANJE ZOB
4. POČITEK IN SPANJE
5. PREZRAČEVANJE
6. RAVNANJE S PERILOM
7. VZDRŽEVANJE IGRIŠČ IN IGRAL
8. MALE ŽIVALI IN SOBNE RASTLINE
9. KAJENJE

### II. ZAGOTAVLJANJE VARNIH ŽIVIL V IGRALNICI - HACCP V IGRALNICI

1. OSEBNA HIGIENA
2. PRIPRAVA PROSTORA PRED OBROKOM
3. DELITEV IN POKUŠANJE HRANE
4. KULTURA PREHRANJEVANJA
5. VRAČANJE DELILNEGA VOZIČKA IN ČIŠČENJE PO OBROKU
6. RAVNANJE Z LONČKI ZA NAPITKE
7. PRAZNOVANJE ROJSTNIH DNI
8. DIETE
9. SHRANJEVANJE ŽIVIL V IGRALNICI

Priloga 1: Evidenca čiščenja tekstila in igrač

## I. ZDRAVSTVENO HIGIENSKI REŽIM V IGRALNICI

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. Vsi veljavni interni dokumenti s področja zdravstveno higienskega režima so dostopni na interni spletni strani vrtca – Intranetu.

Vsak novo zaposleni in študent mora podpisati Soglasje k obveznosti prijavljanja bolezni, ki se lahko prenašajo z delom in Individualno izjavo o bolezenskih znakih. Novo zaposleni jo podpiše na upravi ob podpisu pogodbe, študenti pa izjavo podpišejo pri organizacijski vodji na enoti.

Osebna urejenost:

- vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice nosita v prostorih vrtca obutev, ki je namenjena samo uporabi v vrtcu.
- Obleka strokovnih delavk mora biti namenska in se uporablja samo za delo v vrtcu.
- Ob prevzemu vozička s hrano pa do oddaje vozička morajo strokovni delavci nositi predpasnik.

Obiskovalci v oddelku:

- v igralnico vstopajo obiskovalci (starši, dijaki, študentje in drugi) v ustrezni obutvi (copati), če jih nimajo, naj na čevlje namestijo zaščitne copatke, ki jih dobijo na oddelku.
- Pri hranjenju otrok sodelujeta le vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice, starši lahko hranijo le svojega otroka.

### 1. ČIŠČENJE

Za splošno dnevno čiščenje prostorov in opremo skrbi čistilni servis. Za čiščenje igrač, koticov, ležalnikov in za vzdrževanje higiene v dopoldanskem času skrbijo strokovni delavci.

Po uporabi je potrebno opremo in pripomočke dobro oprati in shraniti v za to namenjenem prostoru. Zaradi lažjega sušenja, morajo biti pripomočki shranjeni dvignjeni od tal.

Čistila:

za čiščenje se uporablja delovna raztopina čistila in vode ter namenska krpa. Redčenje čistil in namembnost se uporablja po navodilih proizvajalca. Pršilka s čistilom naj se uporablja le ob odsotnosti otrok, saj se ob pršenju ustvarjajo aerosoli, ki bi jih otroci lahko vdihnil. Čistila se morajo shranjevati tako, da jih otroci ne dosežejo.

Razkužila:

razkužila se uporabljajo le izjemoma in sicer za razkuževanje površin in rok npr. po previjanju otroka z drisko ali po čiščenju površin, ki so bile pobruhanе. Ob pojavu nalezljivih boleznj se razkuževanje površin izvaja po predhodnem dogovoru z OPZHR. Pred uporabo je treba prebrati navodila proizvajalca in jih uporabiti v skladu z njimi.

#### Krpe:

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. Vse enote vrtca Mojca z izjemo enote Rožle imajo svojo pralnico, tako da se umazane krpe iz oddelka dnevno zbirajo v pralnici in se čiste prevzamejo v shrambi pralnice.

Za mokro čiščenje tal se uporablja trapezno brisalo z namenskimi krpami. Za suho pometanje se na isto brisalo namestijo maslim krpe. V vrtcu se za suho čiščenje le izjemoma uporablja metla, saj se s pometanjem dviguje prah.

#### Čiščenje igralnic, garderob, sanitarij:

- mize je potrebno očistiti pred in po vsakem obroku in po potrebi glede na dejavnosti, ki se v oddelku odvijajo.
- Dnevno je treba očistiti tudi stolčke, še posebno pri mlajših otrocih.
- Tla v igralnici je treba počistiti po obroku in glede na dejavnosti, ki se v oddelku odvijajo. Prah se obriše vsaj 1x tedensko iz kotičkov, polic z igračkami, okenskih polic oziroma iz vseh površin, kjer so nameščeni predmeti, igrače, pripomočki za nego in podobno.
- Večkrat dnevno in sproti po uporabi otrok, je potrebno preveriti urejenost otroške umivalnice in WC-ja. Otroke je pri uporabi WC-ja in v umivalnici potrebno nadzorovati. Če so tla v umivalnici mokra jih je potrebno pobrisati. Umazane krpe za čiščenje tal se zbirajo ločeno.
- V dopoldanskem času, ko čistilka še ni prisotna, za odstranjevanje vidnih nečistoč na hodnikih in stopniščih poskrbijo pomočnice/ki vzgojiteljic.

#### Čiščenje igrač:

- igrače je treba očistiti z vodo in detergentom dvakrat mesečno in takoj ob pojavu nalezljivih boleznj v skupini. V prvi starostni skupini je treba igrače oprati enkrat tedensko (tudi tiste, ki se uporabljajo na terasah) ali takoj ob pojavu nalezljivih boleznj v skupini.
- Plišaste igrače je treba oprati vsaj 4 krat letno in vedno, kadar je zaradi pojava boleznj v skupini potrebno poostriti higienski režim. V oddelkih prve starostne skupine mesečno in takoj, ko se pojavi več obolelih otrok naenkrat.

O čiščenju je potrebno voditi evidenco (priloga I).

## 2. POSEBNOSTI PRI VZDRŽEVANJU HIGIENSKEGA REŽIMA V ODDELKIH PRVIH STAROSTNIH SKUPIN

Nega in prostor za nego:

- na previjalno mizo in v neposredno okolico previjalne mize se ne odlaga hrane, skodelic, stekleničk, dud in drugih predmetov (igrače, puloverji, torbice...) zaradi možnosti prenosa okužbe z nečistega dela na predmete splošne uporabe in s tem tudi na otroke.
- Podloge za previjanje na previjalni mizi je treba zamenjati za vsakega otroka.
- Po vsakem previjanju si mora strokovni delavec umiti roke, prav tako otroku.
- Ritke se neguje s tetra pleniciami, vodo in milom. Za umivanje ritke uporablja le krpe z rdečo obrobo, oziroma kako drugače ločene krpe. Pri negi se ne uporabljajo robčki za enkratno uporabo!
- Robčki za 1x uporabo se uporabljajo le izjemoma npr. če zmanjka vode ali pred večdnevno zaprtju enote.
- Za umivanje vsakega otroka je treba uporabiti čisto plenico.
- Pri previjanju otrok z drisko je treba uporabiti rokavice za enkratno uporabo; za vsako previjanje se uporabi sveže rokavice in si je tudi pri uporabi rokavic po previjanju otroka umiti roke z milom in jih razkužiti.
- Pri nanašanju kreme je treba uporabiti robček ali vatirano palčko.
- Obraz se umije s tekočo vodo oziroma s krpico, ki je namenjena samo umivanju obraza (za umivanje vsakega otroka uporabi čista krpica).
- Za brisanje nosu se uporablja papirnate robčke.
- Pozornost je treba posvetiti roku uporabe hladilnih mazil. Krema na katerih je simbol odprtega lončka, je treba na embalažo navesti datum odprtja kreme in jo uporabiti v času, ko je naveden na simbolu. Pri kremah, kjer je naveden datum porabe, je kremo potrebno porabiti do tega dne, ne glede na to, kdaj je bila odprta.
- Če starši prinesejo posebno kremo za otroka, jo je treba označiti z imenom otroka.

Stekleničke in dude:

- Stekleničke in dude otrok je treba označiti z imenom otroka.
- Starši odnašajo stekleničke domov vsak dan.
- Dude se odlagajo v posodico ali na pladenj, oziroma prostor, ki je namenjen samo za odlaganje dud.

Kahlice:

- Kahlice je treba po uporabi splakniti v trokaderu in jih umiti. 1 x tedensko jih je priporočljivo razkužiti. Če ima otrok drisko jo je potrebno temeljito oprati in razkužiti.

### 3. UMIVANJE ZOB

Umivanje zob predšolskim otrokom v vrtcu poteka le pod strokovnim nadzorom medicinske sestre. Zobne ščetke otroci prinesejo s seboj in jih shranjujejo ločeno.

### 4. POČITEK IN SPANJE

Vsak otrok mora imeti svoj ležalnik, ki mora biti označen. Pred spanjem mora biti igralnica prezračena. Ležalniki naj se postavljajo po kosilu.

Pri postavitvi ležalnikov za počitek otrok je treba upoštevati razdaljo najmanj 30 cm oziroma upoštevati postavitev ležalnikov glava-noge.

Ležalnike je treba preobleči vsaj 1x na tri tedne, v prvi starostni skupini pa vsaj 1 x na 14 dni, oziroma takoj, če se pojavijo nalezljive bolezni ali ob zaznavi drugih nečistoč na perilu. O preoblačenju ležalnikov je potrebno voditi evidenco – priloga I.

### 5. PREZRAČEVANJE

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 preprečevanja širjenja nalezljivih bolezni.

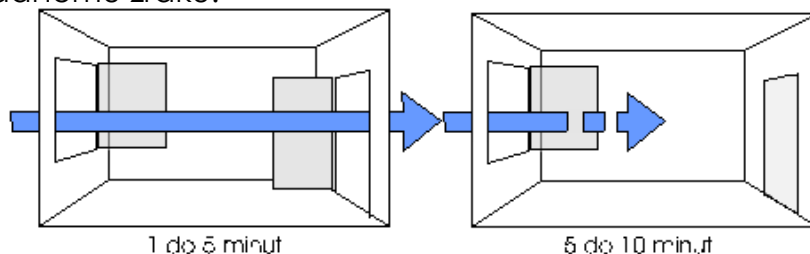
Poleg zagotovitve rednega prezračevanja je pomembno, da prostore prezračujemo pravilno in sicer iz dveh razlogov:

- varovanja zdravja otrok in zaposlenih ter
- iz vidika energetskih izgub pri nepravilnem prezračevanju.

Poznamo dva načina naravnega prezračevanja in sicer:

- a) intenzivno zračenje z odpiranjem oken na stežaj,
- b) zračenje s priprtimi okni.

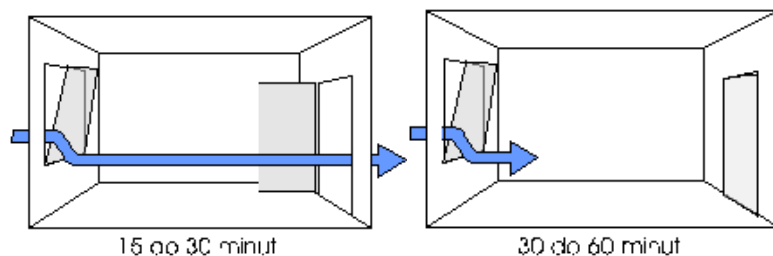
- a) Z vidika energetskih prihrankov in varovanja zdravja je veliko primernejše kratkotrajno in intenzivno zračenje prostorov z odpiranjem oken. V enakomernih časovnih intervalih (npr. po zajtrku, malici, kosilu ali po previjanju) odpremo za kratek čas (5 –10 minut) okna na stežaj. V tem času se celotna količina zraka zamenja v 4-8 minutah. V tem času se z otroci umaknete npr. na hodnik ali v umivalnico, tako da otroci niso izpostavljeni hladnemu zraku.



Slika1: Zračenje z odpiranjem oken na stežaj

- b) Zračenje s priprtimi okni, oz. zvrčanjem oken v polvertikalni položaj "skipana okna". Temu načinu zračenja se v vrtcu izogibamo, saj se ob istočasnem odpiranju vrat ustvarja preprih, ki lahko negativno vpliva na

zdravje otrok. Tak način predstavlja v hladnih dneh veliko izgubo toplotne energije potrebne za ogrevanje. Zaradi hladnejšega in manj vlažnega zraka se v prostoru tudi hitreje znižuje relativna vlaga zraka in pospešuje gibanje prahu. Podhlajujejo pa se tudi površine v neposredni okolici okna.



Slika 2: Zračenje s priprtimi okni

Prostori za otroke morajo biti enakomerno ogrevani in sicer:

- na 23-25 °C v prostorih za nego otrok do 3 let
- na 20-22 °C v prostorih za otroke druge starostne stopnje
- na 18 - 19° C v prostorih za rekreacijo

## 6. RAVNANJE S PERILOM

Umazano perilo se zbira ločeno in sicer po naslednjem razporedu:

- posteljnina, krpice z rumeno obrobo skupaj,
- krpice z rdečo obrobo za brisanje ritke in tetra plenice skupaj,
- krpe za brisanje tal.

Tako ločene se tudi zbirajo v pralnici oziroma se pripravijo za transport in se transportirajo in perejo ločeno.

Transport čistega in umazanega perila se vrši dnevno in ločeno, tako da ne pride do križanja čistih in nečistih poti.

Kuhinjsko perilo se zbira in pere čisto posebej.

## 7. HIGIENSKO VZDRŽEVANJE IGRIŠČ IN IGRAL

Pregledovanje in vzdrževanje otroških igrišč in igral poteka v skladu z Internim dokumentom Programom pregledov igral, za izpolnjevanje katerega v večji meri skrbijo hišniki. Vendar pa so strokovni delavci dolžni, da pred uporabo pregledajo igrišče na morebitno prisotnost igel, stekla ali drugih nevarnih predmetov. V primeru, da bi bila igrala poškodovana je potrebno o tem takoj obvestiti hišnika in otrokom onemogočiti igro.

## 8. MALE ŽIVALI IN SOBNE RASTLINE

V vrtcih so dovoljene le živali, ki so v zaprtih posodah – akvarijih, terarijih. Pri čiščenju terarijev je potrebno obvezno uporabljati zaščitne rokavice. Skrb za čiščenje in vso oskrbo male živali prevzame strokovna delavka, ki ima malo žival v igralnici.

V vrtcu je prepovedano prinašati ali gojiti sobne rastline, ki so strupene, kot so npr. sobni jeglič, difenbahija, koralni gm, kristusovo trnje. Dovoljene sobne rastline pa naj bodo postavljene tako visoko, da jih otroci ne dosežejo in je za njih potrebno primerno skrbeti.

## 9. KAJENJE

V prostorih vrta in na pripadajočih funkcionalnih površinah je kajenje prepovedano.

## II. ZAGOTAVLJANJE VARNIH ŽIVIL V IGRALNICI - HACCP V IGRALNICI

HACCP – Hazard Analysis and Critical Control Point System: preventivni sistem, ki omogoča identifikacijo oz. prepoznavanje, oceno, ukrepanje in nadzor nad morebitno prisotnimi dejavniki tveganja v živilih, ki lahko ogrožajo zdravje človeka.

HACCP NAČRT: dokument izdelan na podlagi sedmih načel HACCP sistema, ki določa postopke, ki se morajo upoštevati in jim slediti, da se zagotovi nadzor nad tveganji, ki so pomembna za zagotavljanje varnosti živil v proizvodnem postopku ali obratu, glede na vrsto ali obseg dejavnosti.

CILJ vzpostavljenega HACCP sistema je zagotoviti zdravstveno ustreznost oz. varnost živil (VARNO HRANO) v vseh fazah proizvodnje in prometa z živili.

Vsi, ki sodelujejo v prometu z živili, morajo poznati 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.

### 1. OSEBNA HIGIENA

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) je naslednji:

- pred umivanjem snamemo z rok ves nakit in uro;
- roke zmočimo pod toplo tekočo pitno vodo;
- na roke nanesimo milo;
- namilimo vse površine rok: dlani, hrbtišče rok, medprstne prostore, palca, konice prstov in zapestji – tako, da drgnemo vsak del ene roke ob drugo roko. (Vsak gib naj bi izvedli 5 x zapovrstjo);
- roke temeljito splaknemo s čisto tekočo toplo vodo;
- obrišemo roke s papirnato brisačo za 1 x uporabo;
- pipo zapremo z brisačo ali s komolcem (nikoli neposredno z umito roko!);
- uporabljeno brisačo vržemo v koš za odpadke.

Higiensko umivanje rok naj bi trajalo približno 30 sekund.

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

Umivanje rok – kdaj?

- po prihodu v vrtec (službo);
- pred in po jedi;
- po uporabi stranišča, menjavi pleničk;



- po brisanju nosa otroku ali sebi;
- po kihanju, kašljanju;
- po igranju na zunanjem igrišču ali z živalmi;
- vedno kadar so roke vidno umazane;
- pred odhodom domov.

## 2. PRIPRAVA PROSTORA (IGRALNICE) PRED OBROKOM:

- Igralnico je treba urediti (pospraviti igrače, razporediti mize, stole,...).
- Prostor je treba temeljito prezračiti.
- Mize je potrebno temeljito mokro očistiti. Uporabiti namensko vedro s čisto toplo vodo in raztopino čistila ter čisto krpo.
- Upoštevati je potrebno pravilen postopek čiščenja (mehansko čiščenje, mokro čiščenje z raztopino čistila, izplakovanje ostankov čistila, če je potrebno še suho brisanje).

## 3. POSTOPEK POKUŠANJA HRANE IN DELITEV HRANE

Pred vsakim hranjenjem se je treba prepričati, če je hrana primerno topla! Tople jedi naj bodo v temperaturnih razponih od 37 do 40° C, hladne jedi pa naj bodo okrog 10 stopinj. Prevroča hrana, nad 50°C, lahko povzroči opekline zgornjih prebavil (požiralnik, želodec). Prehladna hrana, pod 10° C, pa škoduje sluznici želodca, ker zmanjšuje izločanje prebavnih sokov in zavira delovanje fermentov.

Ustreznost toplote hrane preverimo tako, da si kanemo nekaj kapljic hrane (npr. juhe) na zapestje ali hrano poskusimo s posebno čisto žlico.

- Hrano lahko delijo samo osebe, ki so zdrave.
- Pri delitvi je potrebna osebna urejenost in osebna higiena (zlasti rok!).
- Ne kihamo in ne kašljamo v lonce s hrano!
- Pri delitvi hrane otrokom in pri hranjenju otrok morate obvezno nositi zaščitni predpasnik za delitev obrokov, (nosite ga od trenutka, ko prevzamete servirni voziček s hrano v kuhinji, do trenutka, ko vrnete servirni voziček z ostanki hrane in umazano posodo v kuhinjo), dolgi lasje naj bodo speti

Važno: HRAMBA PREDPASNIKOV – določiti morate ustrezno čisto mesto v omari, predalu - obvezno ločeno od drugih stvari. Nikoli ne sme predpasnik viseti prosto v igralnici, v dosegu rok otrok.

Uporabljen predpasnik odložimo v ustrezen koš za umazano perilo (lahko skupaj s krpicami za mizice in s slinčki).

- Z vidika varnosti živil tudi ni primerna uporaba skupnih skodelic za solato (to pomeni, da otroci ne jemljejo solato z vilicami neposredno iz skupne sklede oz. skodelice).

## 4. KULTURA HRANJENJA

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

## 5. VRAČANJE DELILNEGA VOZIČKA IN ČIŠČENJE MIZIC PO OBROKU

- Delilni voziček je potrebno vrniti v kuhinjo do dogovorjene ure. Istovrstna posoda naj bo zložena skupaj, pribor je treba zložiti v eno večjih posod, da ne pade z vozička. Ostanki hrane naj bodo v en posodi, čista hrana naj ostane čista. Čim več posode se naj zloži na zgornjo polico.
- Mizice po obroku je treba mokro očistiti z istimi pripomočki in na enak način kot pred obroki.
- Če so na tleh ostanki hrane je potrebno očistiti tudi tla.
- Umijemo roke sebi in nadziramo umivanje rok otrok.
- Prezračimo prostor – igralnico (v času, ko si z otroki umivamo roke).
- Pripravimo igralnico za morebitni popoldanski počitek otrok oz. druge umirjene dejavnosti.

## 6. LONČKI ZA NAPITKE

Lončki za napitke morajo biti odloženi tako, da ne prihaja do stika med že uporabljenimi in čistimi lončki. V primeru, da ima vsak otrok svoj lonček za napitek, naj bo podpisan in zložen na pladnju, da se med seboj ne dotikajo. Lončke je vsaj 1x na dan potrebno odnesti v pranje v kuhinjo.

## 7. PRAZNOVANJE ROJSTNEGA DNE

Vrtec je otrokom dolžan zagotavljati varno hrano. Da bi bila hrana varna, mora biti ustrezno pripravljena, transportirana in postrežena. Nekatera živila predstavljajo večje tveganje, zato so pri izboru jedi, ki jih prinašamo v vrtec potrebne omejitve.

Otroci v vrtec lahko prinesejo sadje, suho sadje, embalirane sokove in suho pecivo. Vse naj bo v originalni embalaži z deklaracijo. Sicer pa se naj praznovanje obeleži z dogodkom in ne s hrano!

V vrtec se naj ne prinaša živil, ki zahtevajo neprekinjeno hladno ali toplo verigo.

## 8. DIETE

Dietno prehrano v vrtcu zagotovimo za otroke, ki prinesejo zdravniško potrdilo na podlagi katerega izdelamo sezam dovoljenih oziroma prepovedanih živil. V kuhinji posodo z dieto označijo z imenom in priimkom otroka. Kljub temu pa so strokovni delavci na oddelku zadnja kontrolna točka, da dodeljeno živilo za otroke z dietami še enkrat preverijo.

## 9. SHRANJEVANJE ŽIVIL V IGRALNICI

Pogojev za shranjevanje živil v igralnici NI. Zato se naj vsa živila takoj po obroku vrnejo na vozičku v kuhinjo. Shranjevanje živil v omarah in na policah privablja žuželke in miši, če pa se živilo hrani na toplem namesto na hladnem pa se lahko tudi pokvari in ni primerno za uživanje.

## Priloga 1: Evidenca pranja tekstila in igrač

Enota/Oddelek: \_\_\_\_\_, šolsko leto: 20\_\_\_/20\_\_\_

DATUM	MATERIAL + KOLIČINA	PODPIS DELAVKE/CA
	PREVLEKE + ODEJE ZA LEŽALNIKE: _____KOM  PLIŠASTE IGRAČE: _____KOM	
	PREVLEKE + ODEJE ZA LEŽALNIKE: _____KOM  PLIŠASTE IGRAČE: _____KOM	
	PREVLEKE + ODEJE ZA LEŽALNIKE: _____KOM  PLIŠASTE IGRAČE: _____KOM	
	PREVLEKE + ODEJE ZA LEŽALNIKE: _____KOM  PLIŠASTE IGRAČE: _____KOM	
	PREVLEKE + ODEJE ZA LEŽALNIKE: _____KOM  PLIŠASTE IGRAČE: _____KOM	
	PREVLEKE + ODEJE ZA LEŽALNIKE: _____KOM  PLIŠASTE IGRAČE: _____KOM	

<p>Periodika preoblačenja ležalnikov: I st. skupina: na 3 tedne / II st. skupina na 2 tedna Ležalnike je ob pojavu nb potrebno zamenjati takoj.</p>	<p>Periodika pranja igrač: I st. skupina: plišaste igrače: 1x mesečno, trde igrače 1 x tedensko II st. skupina: plišaste igrače: 1x na dva meseca, trde igrače 2 x mesec Ob pojavu nb se plišaste igrače operejo in odstranijo iz uporabe.</p>
---	--