

Procedury sanitarno-higieniczne Żłobka Gminnego w Janowcu Wielkopolskim

W Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim obowiązują wewnętrzne procedury sanitarno-higieniczne – czyli kompleksowy system, którego zadaniem jest wspieranie zdrowia dzieci w żłobku, oraz budowanie zaufania rodziców do instytucji opiekuńczej. Procedury są spójne i zobowiązują wszystkich pracowników do ich przestrzegania w codziennych działaniach.

Niniejsze procedury opracowano na podstawie:

- Ustawy z dnia 4 lutego 2011 r. o opiece nad dziećmi w wieku do lat 3 (t. j. Dz.U. z 2025, poz. 798),
- Ustawy z dnia 5 grudnia 2008 r. o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi (t. j. Dz. U. z 2025, poz. 1675),
- Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 27 maja 2010 r. w sprawie zakresu, sposobu i częstotliwości prowadzenia kontroli wewnętrznej w obszarze realizacji działań zapobiegających szerzeniu się zakażeń i chorób zakaźnych.(Dz. U. Nr 100, poz. 646).

Spis treści

- I. Spełnianie wymagań sanitarno-lokalowych określonych w przepisach w sprawie warunków technicznych.**
 1. Budynek żłobka
- II. Przestrzeganie zasad standardów sanitarno-higienicznych - założenia ogólne.**
- III. Podstawowe zasady Sanitarno-Higieniczne w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim**
 - 1. Higiena osobista personelu żłobka i dzieci**
 - 1) Regularne mycie rąk: zarówno przez dzieci jak i personel żłobka.
 - 2) Edukacja dzieci w zakresie higieny.
 - 2. Utrzymanie czystości i dezynfekcja pomieszczeń.**
 - 1) Utrzymywanie czystości sprzętu i zabawek- zasady ogólne
 - 2) Utrzymywanie czystości zabawek procedury higieny zabawek i zasady dezynfekcji zabawek w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim
 - 3) Dezynfekcja zabawek.
 - 4) Czyszczenie instrumentów muzycznych
 - 5) Segregowanie i przechowywanie zabawek
 - 6) Dobór zabawek dla dzieci
 - 7) Ogólne zasady stosowania preparatów dezynfekcyjnych
 - 8) Częstotliwość i dobór środka do dezynfekcji
 - 9) Wybór produktów do czyszczenia w żłobku
 - 10) Dokumentacja środków czystości
- IV. Procedury posiłków, zasady żywienia dzieci w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim**
 - 1. Zasady ogólne żywienia dzieci**
 - 2. Zasady higieny posiłków w grupach żłobkowych**
 - 3. Zasady higieny osób, naczyń i sprzętów w kuchni żłobka**
 - 1) higiena rąk
 - 2) mycie i dezynfekcja naczyń i sprzętów
 - 3) odzież ochronna
 - 4) dodatkowe ułatwienia

- 4. Higiena przygotowania posiłków i potraw w kuchni- zasady**
- 5. Przyjmowanie i przechowywanie (magazynowanie) żywności**
- 6. Mycie i dezynfekcja maszyn i sprzętu**
- 7. Zasady postępowania w przypadku występowania punktów krytycznych w żłobku.**
 - 1) Krytyczne Punkty Kontrolne (CCP)
 - 2) Punkty krytyczne dotyczące procedur sanitarnych:
 - 3) Dokumentacja i raportowanie
- 8. Dobre praktyki higieniczne, w tym właściwe mycie rąk**
- 9. Bezpieczeństwo Alergologiczne**
- 10. Picie z butelki**
- 11. Żywność przyniesiona z domu**
- 12. Znaczenie diety w utrzymaniu zdrowia dzieci w żłobku**

V. Monitorowanie zdrowia dzieci

1. Regularne kontrole stanu zdrowia w żłobku w celu szybkiej identyfikacji i reakcji na ewentualne choroby.
2. Kontrola Sanepidu. Procedury muszą być zgodne z aktualnymi wymogami Państwowej Inspekcji Sanitarnej.
3. Edukacja dzieci w zakresie higieny.
4. Wpływ warunków atmosferycznych na higienę dzieci.

Załączniki:

- nr III.1.1 - Instrukcja mycia i dezynfekcji rąk dla personelu żłobka, oparta na wytycznych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), która zapewnia najwyższy poziom higieny niezbędny w kontakcie z małymi dziećmi w wieku od 1 do 3 lat.
- nr III.1.2. - Harmonogram codziennych działań higienicznych w żłobku,
- nr III.1.3. - Instrukcja dezynfekcji rąk dla personelu żłobka (preparatem alkoholowym),
- nr III.1.4. - Instrukcja pielęgnacji dziecka (zmiana pieluch),
- nr III.2.1 - Utrzymywanie czystości pomieszczeń w żłobku - częstotliwość i sposób sprzątnięcia
- nr III.2.2. - Procedury czyszczenia zabawek niezmywalne (Płuszowe, Tkaninowe, Miękkie)
- nr III.2.3. - Procedury czyszczenia zabawki o specjalnych wymaganiach (Książki, Puzzle kartonowe, Elektronika).
- nr III.2.4. - Procedury czyszczenia dużych zmywalnych zabawek z plastiku, metalu i drewna, gumowych (klocków, figurek, samochodów, zabawek do kąpiel, zabawek sensorycznych)'
- nr III.2.5. - Harmonogram sprzątnięcia
- nr III.2.6. Harmonogram przeprowadzania dezynfekcji,
- nr III.2.7. Szczegółowe zasady czyszczenia i dezynfekcji zabawek
- nr IV.2.1. szczegółowa instrukcja dotycząca higieny i procedur podawania posiłków w żłobku.
- nr IV.2.2. szczegółowa instrukcja dotycząca higieny i procedur sprzątnięcia po posiłkach w żłobku.
- nr IV.7.1. Schemat reakcji w punkcie krytycznym
- nr IV.8.1. Codzienna Lista Kontrolna CCP i Higieny,
- nr IV.11.1. procedury dotyczące przygotowania i podawania mleka modyfikowanego dla niemowląt/pokarmu matki
- nr IV.11.2. Przygotowanie mleka modyfikowanego

- nr IV.11.3. Postępowanie z pokarmem matki (mleko odcignięte)
- nr IV.11.4 Postępowanie z dzieckiem podczas karmienia
- nr IV.11.5. Postępowanie w przypadku choroby dziecka
- nr IV.11.6. czynności zapobiegawcze rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych
- nr IV.11.7. Procedury postępowania w przypadku epidemii (np.: Wirus Grypy, Rotawirus, COVID-19)
- nr IV.12.1. Przykładowa tabela posiłków- przykładowy jadłospis
- nr V. 5.1. W przypadku wystąpienia sytuacji kryzysowej, takiej jak wykrycie zakażenia wirusowego lub bakteryjnego w grupie.

I. W kontekście bezpiecznego i higienicznego pobytu dzieci Żłobek w Janowcu Wielkopolskim spełnia wszystkie wymagania sanitarno-lokalowe określone przepisami w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie oraz wymagania ochrony przeciwpożarowej.

1. Budynek żłobka:

- jest zasilany w wodę przeznaczoną do spożycia przez ludzi z sieci zbiorowego zaopatrzenia w wodę ,
- odprowadza ścieki do sieci kanalizacyjnej lub lokalnego urządzenia do gromadzenia albo oczyszczania ścieków,
- jest wyposażony w instalację wodociągową wody przeznaczonej do spożycia przez ludzi i kanalizacyjną,
- posiada wentylację grawitacyjną, zapewniającą stałą wymianę i dopływ czystego zewnętrznego powietrza,
- posiada ogrzewanie -instalacja ogrzewania: olej opałowy,
- jest utrzymywany w czystości i porządku a pomieszczenia utrzymane w odpowiednim stanie technicznym i sanitarnym oraz są przeprowadzane ich okresowe remonty i konserwacje.

Otoczenie budynku jest czyste i w dobrym stanie, powierzchnia jest utwardzona. Systematycznie usuwa się odpady i dba o zachowanie czystości wokół budynku. Pojemniki na odpady zamyka się po każdorazowym wyrzuceniu odpadów. Miejsce gromadzenia odpadów stałych jest utrzymane w dobrym stanie sanitarno – technicznym. Codziennie prowadzi się kontrolę czystości i stanu otoczenia żłobka. Pracownicy mają obowiązek składować dany rodzaj śmieci i odpadów tylko do pojemników im przyporządkowanych zgodnie z segregacją odpadów. Pracownicy wychodzący do zlewki lub śmietnika zobowiązani są do zmiany obuwia na obuwie zewnętrzne w które są wyposażeni. Czynności wynoszenia odpadów kuchennych i odpadów segregowanych powinny być wykonywane w rękawiczkach. Pracownicy wychodzący do pomieszczenia na zlewki i śmietnika podlegają czynnościom dezynfekcyjnym tak jak przy wejściu do zakładu pracy.

W pomieszczeniach przeznaczonych na pobyt dzieci zapewnia się:

- oświetlenie światłem naturalnym oraz oświetlenie światłem sztucznym o parametrach zgodnych z Polską Normą.
- dostęp do węzła sanitarnego z ciepłą bieżącą wodą do utrzymania higieny osobistej dzieci.
- dostateczną ilość mydła w płynie, jednorazowych ręczników i środków do pielęgnacji dzieci.
- przybory do higieny jamy ustnej dzieci są odpowiednio oznakowane i przechowywane.

W pomieszczeniach sanitarno-higienicznych żłobka zapewnia się:

- stanowisko do przewijania niemowląt,
- odpowiednią ilość nocników (odpowiednio oznakowanych) adekwatną do liczby uczęszczających dzieci wraz z miejscem do ich mycia i dezynfekcji.

Pomieszczenia Żłobka zapewniają przebywającym w nim dzieciom wyżywienie zgodne z wymaganiami dla danej grupy wiekowej (art. 22 ustawy),

Dzieci będące pod opieką żłobka mają zapewnioną możliwość higienicznego spożywania posiłków

Wszystkie osoby sprawujące na podstawie ustawy opiekę nad dziećmi w wieku do lat 3 podlegają obowiązkowym badaniom sanitarno- epidemiologicznym zgodnie z ustawą o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi.

II. Przestrzeganie zasad standardów sanitarno-higienicznych w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim

W utrzymaniu wysokich standardów sanitarno-higienicznych w Żłobku, niezbędnych dla zdrowia i bezpieczeństwa dzieci podstawową rolę pełni personel żłobka. Właściwe praktyki higieniczne są częścią codziennej rutyny i obejmują czynności związane z dbałością o czystość pomieszczeń, ale także monitorowaniem i edukacją dzieci w zakresie zasad higieny osobistej. Dbanie o odpowiednie standardy higieniczne w Żłobku jest jednym z podstawowych zadań istotnych w życiu dzieci w grupie żłobkowej, gdzie spędzają one wiele godzin w bliskim kontakcie ze sobą.

Do podstawowych obowiązków personelu żłobka należy:

- 1) dbanie o higienę osobistą dzieci i regularne mycie rąk: opiekunowie powinni modelować i przypominać dzieciom o myciu rąk, szczególnie przed posiłkami i po korzystaniu z toalety. Regularne i prawidłowe mycie rąk zmniejsza ryzyko rozprzestrzeniania się chorób i infekcji. Higiena osobista obejmuje uczestnictwo dzieci w codziennych rytuałach czyszczących- wymaga angażowania dzieci w mycie rąk i dbanie o czystość oraz uświadamianie dzieci o znaczeniu higieny w formie prostych i zrozumiałych wyjaśnień opiekunów, by dzieci rozumiały, dlaczego higiena jest tak ważna.
- 2) dbanie o porządek i czystość pomieszczeń Żłobka Gminnego w Janowcu Wielkopolskim

By stworzyć bezpieczne i sprzyjające rozwojowi środowisko dziecka w Żłobku niezbędna jest dbałość o higienę osobistą każdego dziecka oraz regularne mycie rąk.

Warto przy tym zwrócić uwagę na:

- stosowanie mydła antybakteryjnego – zaleca się, aby dzieci myły ręce przy użyciu mydła o właściwościach antybakteryjnych, co zwiększa ochronę przed patogenami.
- przypomnienia o wspólnym myciu rąk – opiekunowie mogą wprowadzić rytuały, które przypominają dzieciom o konieczności mycia rąk przed posiłkiem i po toalecie. Powinni organizować zabawy w mycie rąk by uatrakcyjnić ten proces.
- edukację dzieci.

- 3) wprowadzanie dzieci w zasady higieny, takie jak: używanie chusteczek do nosa i odpowiednie utylizowanie ich, prawidłowe korzystanie z toalety oraz utrzymanie czystości po sobie, dbanie o czystość zabawek oraz wspólne sprzątanie po zabawie. Regularne rozmowy na temat zdrowego stylu życia oraz znaczenia higieny mogą stać się częścią zabaw i codziennych aktywności. Dzieci uczą się wówczas jak dbać o siebie, co z kolei przekłada się na ich ogólne samopoczucie i zdrowie.

Higiena w grupach żłobkowych to kluczowy elementem, który wpływa na integrację dzieci z różnymi potrzebami. W codziennych interakcjach dzieci o różnych umiejętnościach i potrzebach w zakresie higieny mogą uczyć się od siebie nawzajem, co sprzyja budowaniu relacji i akceptacji. Właściwe podejście do higieny może zatem odegrać istotną rolę w procesie socjalizacji.

Wspieranie dzieci w rozwijaniu nawyków higienicznych powinno być dostosowane do ich indywidualnych możliwości. Przykładowe metody obejmują:

- demonstracja- polega na modelowaniu pożądanego zachowania dziecka związanego z higieną, dzięki czemu dzieci mogą obserwować, jak ważne są one w codziennym życiu.
 - zabawy: wykorzystanie gier i zabaw tematycznych, które mają na celu edukację w zakresie higieny, może uczynić ten temat bardziej atrakcyjnym i przystępnym dla każdego dziecka.
 - indywidualne podejście: ważne jest, aby brać pod uwagę szczególne potrzeby dzieci z niepełnosprawnościami, dostosowując sposoby nauczania higieny do ich możliwości i ograniczeń.
 - naukę układania swoich rzeczy oraz dbania o przestrzeń wokół siebie.
- 4) kształtowanie nawyków zdrowotnych u dzieci, które będą towarzyszyć im przez całe życie. By wspomagać zdrowy i harmonijny rozwój dzieci szczególnie dzieci z trudnościami rozwojowymi należy stosować właściwe metody pracy z dziećmi, we współpracy z terapeutami, którzy mogą dostarczyć dodatkowych wskazówek. Opiekunowie zobowiązani są również do współpracy z rodzicami dzieci. Aby wspólnie dbać o zdrowie dzieci powinni:
- informować rodziców o ważnych aspektach higieny i ich wpływie na zdrowie dzieci.
 - organizować warsztaty lub spotkania poświęcone tematowi higieny i zdrowego stylu życia.
 - tworzyć wspólnie materiały edukacyjne, które rodzice mogą wykorzystać w domu.
 - wprowadzić jasne zasady dotyczące higieny dla dobrego samopoczucia dzieci w żłobku co skutkuje nie tylko lepszym zdrowiem dzieci ale również ich większym zadowoleniem oraz chęcią do zabawy i nauki.

Istotne znaczenie w utrzymaniu wysokich standardów sanitarno-higienicznych w Żłobku w Janowcu Wielkopolskim mają regularne szkolenia personelu dotyczące higieny i zdrowia. Wdrożony system szkoleń i procedur może znacząco podnieść świadomość pracowników oraz poprawić jakość opieki nad dziećmi.

III. Podstawowe zasady Sanitarno-Higieniczne w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim obejmują:

1. Higiena osobista personelu żłobka i dzieci

- 1) Regularne mycie rąk: zarówno przez dzieci jak i personel żłobka.**

By zmniejszyć ryzyko infekcji, dzieci muszą myć ręce:

- przed posiłkami,
- po zabawie,
- po korzystaniu z toalet.

W Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim stosuje się praktyczne i estetyczne dozowniki na mydło oraz ręczniki jednorazowe lub antybakteryjne, które zapewniają skuteczne osuszenie rąk i zmniejszają ryzyko przenoszenia zarazków.

Personel żłobka ma obowiązek mycia rąk w następujących krytycznych momentach:

- przed i po kontakcie z każdym dzieckiem (np. przytulanie, podnoszenie).
- przed i po zmianie pieluch lub asyście przy toalecie/nocniku.
- przed i po przygotowywaniu oraz wydawaniu posiłków.
- przed i po karmieniu dziecka.
- po skorzystaniu z własnej toalety.
- po kontakcie z zanieczyszczonymi przedmiotami (brudna bielizna, zabawki, pościel).
- po kontakcie z płynami ustrojowymi (katar, ślina, wymioty, krew).
- po kontakcie z odpadami i opróżnianiu koszy na śmieci.
- po powrocie z zewnątrz.

Załącznik nr III.1.1

Instrukcja mycia i dezynfekcji rąk dla personelu żłobka, oparta na wytycznych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), która zapewnia najwyższy poziom higieny niezbędny w kontakcie z małymi dziećmi.

Uwaga!

Mycie rąk powinno trwać minimum 30–40 sekund i obejmować całe dłonie, palce oraz nadgarstki.

- 1) Odkręć wodę i zmocz dłonie, nadgarstki i przedramiona ciepłą, bieżącą wodą.
- 2) Nanieś wystarczającą ilość mydła w płynie (antybakteryjnego lub pH neutralnego) na dłonie, aby pokryć wszystkie powierzchnie.
- 3) Pocieraj wewnętrzne strony dłoni (dłoń o dłoń).
- 4) Pocieraj grzbiet prawej dłoni lewą dłonią i odwrotnie (przeplatając palce).
- 5) Pocieraj dłoń o dłoń, splecionymi palcami.
- 6) Ujmij kciuk jednej dłoni w drugą dłoń i okręć go pocierając, a następnie powtórz na drugim kciuku.
- 7) Pocieraj zewnętrzną część zgiętych palców jednej dłoni o wewnętrzną część drugiej dłoni (złożone palce).
- 8) Pocieraj okręć opuszkami palców prawej dłoni o lewą dłoń i odwrotnie.
- 9) Umyj nadgarstki.
- 10) Dokładnie opłucz dłonie, nadgarstki i przedramiona pod bieżącą wodą.
- 11) Osusz dłonie jednorazowym ręcznikiem papierowym.

- 12) Użyj tego samego jednorazowego ręcznika do zakręcenia kranu, aby uniknąć ponownego zanieczyszczenia rąk.

Załącznik nr III.1.2. – Harmonogram codziennych działań higienicznych w żłobku:

Godzina	Czynność	Osoby odpowiedzialne
08:00- przed śniadaniem	Mycie rąk przed posiłkiem	Opiekunowie, dzieci
10.00- przekąska	Mycie rąk przed posiłkiem.	opiekunowie
12.00 – obiad	-Wprowadzenie zasad dotyczących jedzenia i picia - Mycie rąk po posiłku	Opiekunowie, dzieci
14.00 – odpoczynek	Mycie rąk przed położeniem się do snu.	Opiekunowie, dzieci
15:30 Podwieczorek	Mycie rąk przed podaniem przekąsek	

Załącznik III.1.3.- Instrukcja dezynfekcji rąk dla personelu żłobka (preparatem alkoholowym)

Dezynfekcja (na czyste i suche dłonie) jest kluczowa, gdy nie ma dostępu do wody i mydła lub jest wymagana natychmiastowa skuteczność (np. po kontakcie z płynami ustrojowymi).

- 1) Nanieś co najmniej 3 ml preparatu dezynfekcyjnego na suchą dłoń.
- 2) Rozcieraj preparat na całej powierzchni dłoni, postępując zgodnie z krokami 3–8 z procedury mycia rąk (wewnętrzne strony, grzbiety, splecione palce, kciuki, opuszki).
- 3) Rozcieraj, aż preparat wyschnie (zwykle trwa to około 20–30 sekund).

Uwaga!

Ręce muszą być całkowicie suche, aby dezynfekcja była skuteczna.

Załącznik III.1.4. Instrukcja pielęgnacji dziecka (zmiana pieluch)

- 1) Przygotowanie stanowiska: pielucha, nawilżane chusteczki, rękawiczki jednorazowe.
- 2) Założenie rękawiczek przez personel.
- 3) Używanie jednorazowego podkładu na przewijaku.
- 4) Czyszczenie i osuszenie skóry dziecka (w kierunku od przodu do tyłu).
- 5) Wyrzucenie zużytej pieluchy i rękawiczek do szczelnie zamykanego kosza z workiem (tylko na odpady biologiczne).
- 6) Mycie rąk dziecka, a następnie dokładne mycie rąk przez personel (zgodnie z procedurą A).
- 7) Dezynfekcja przewijaka po każdym użyciu.

2. Utrzymanie czystości i dezynfekcja pomieszczeń w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim

1) Utrzymywanie czystości sprzętu i zabawek- zasady ogólne

W codziennej pracy Żłobka w Janowcu Wielkopolskim sprzątane są pomieszczenia i przestrzeń, w której dzieci się bawią i odpoczywają oraz dezynfekowane zabawki i materiały /środki dydaktyczne.

Czyste zabawki, świeże powietrze i zadbane otoczenie to kluczowe elementy, które przyczyniają się do dobrego zdrowia najmłodszych.

Prawidłowe sprzątanie i utrzymywanie czystości w Żłobku jest jedną z podstawowych metod zapobiegania zakażeniom. Z każdej grupy, gdzie przebywają dzieci, szybko i sprawnie usuwane są wszelkie substancje mogące sprzyjać rozwojowi i namnażaniu się bakterii. Szczególną uwagę zwracamy na zanieczyszczenia organiczne takie jak: krew, ropę, mocz, kał oraz inne wydzieliny dziecka jak również kurz i resztki pożywienia. Regularne sprzątanie ma na celu stałe usuwanie i „rozcieńczanie mikroflory” z otoczenia, a przez to zapobieganie zakażeniom.

Poniższe procedury sprzątania zapewniają usuwanie brudu i kurzu, nie doprowadzając do rozproszenia go w otoczeniu. Kolejne czynności czyli dezynfekcja (czyli zespół czynności mających na celu redukcję mikroorganizmów chorobotwórczych do bezpiecznego poziomu) - zapewniają nierozprzestrzenianie się zakażeń jest dezynfekcja.

W żłobku wyróżnia się strefy:

- Strefa zabawy – miejsce z zabawkami i materiałami edukacyjnymi, które są regularnie czyszczone i dezynfekowane.
- Strefa odpoczynku – przestrzeń dedykowana relaksowi, gdzie dzieci mogą się odprężyć w czystych i zadbanych warunkach.
- Strefa posiłków – stoły i krzesła spełniające normy higieniczne, z łatwością dostępnymi środkami do dezynfekcji.
- Strefa higieny osobistej – toalety i umywalki, które są regularnie kontrolowane pod względem czystości oraz funkcjonalności.

Każda strefa jest dobrze zorganizowana, co wpływa na minimalizowanie chaosu, który może prowadzić do zwiększonego ryzyka zakażeń. Efektywne przemieszczanie się między różnymi przestrzeniami ułatwia odpowiednie zarządzanie higieną. Dzieci mają jasno określone zasady dotyczące higieny rąk przed i po korzystaniu z różnych stref.

Załącznik nr III.2.1. Utrzymywanie czystości pomieszczeń w żłobku - częstotliwość i sposób sprzątania:

Obszar	Częstotliwość/czas	Obowiązująca procedura	Uwagi
Podłogi	Codziennie, minimum 2 razy (rano i wieczorem) oraz w miarę potrzeby.	Mycie na mokro z użyciem detergentu.	
Powierzchnie dotykowe (klamki, włączniki, blaty, poręcze)	Kilka razy dziennie (min. 3) i po każdym zanieczyszczeniu.	Przecieranie środkiem dezynfekcyjnym zgodnie z czasem kontaktu podanym przez producenta.	
Urządzenia sanitarne, toalety i umywalki	Minimum 2 razy dziennie oraz w miarę potrzeby.	Mycie i dezynfekcja. Toalety i nocniki powinny być dezynfekowane po każdym użyciu. Przecierania środkiem dezynfekcyjnym zgodnie z czasem kontaktu podanym przez producenta.	

Przewijaki	Po każdym użyciu.	Mycie i dezynfekcja.	
Pościel i ręczniki	Pościel: Co najmniej raz w tygodniu i w przypadku zabrudzenia. Ręczniki: Codziennie (każde dziecko ma swój oznakowany ręcznik).	Pranie w wysokiej temperaturze (min 60 stopni)	
Książki i zabawki	Zabawki zmywalne (plastikowe/drewniane): Codziennie po zakończeniu dnia. Zabawki pluszowe: Pranie lub dezynfekcja parą co najmniej raz w tygodniu/w miarę potrzeby.	Mycie w ciepłej wodzie z detergentem lub dezynfekcja środkiem bezpiecznym dla dzieci. Należy regularnie rotować zabawki, aby umożliwić ich czyszczenie i suszenie.	
Pomieszczenia: - łazienki i toalety - pomieszczenia socjalne	co najmniej raz dziennie	mycie powierzchni detergentem i środkiem dezynfekcyjnym, mycie i dezynfekcja	

2) Utrzymywanie czystości zabawek procedury higieny zabawek i zasady dezynfekcji zabawek w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim

Podstawowym elementem zapobiegania rozprzestrzeniania się chorób w żłobku jest regularne czyszczenie i dezynfekcja zabawek.

Powierzchnię zabawki należy czyścić chusteczkami czyszczącymi lub wyszorować szarym mydłem i przemyć ciepłą wodą. W ten sposób usuwamy brud, tłuszcz, a także bakterie. Na tym etapie wystarczy zwykłe szare mydło, specjalne preparaty nie są konieczne. Ważne jest, by często wymieniać gąbki. Podczas mycia należy zwrócić uwagę na trudno dostępne miejsca, jak zagłębienia, chropowate powierzchnie. W tych czynnościach można używać preparaty do dezynfekcji w sprayu (jeśli zabawka jest pluszowa, lepiej jest ją wyprać niż umyć).

Mycie usuwa większość bakterii – problem pojawia się w przypadku wirusów, prątków i grzybów, które może usunąć jedynie dezynfekcja. Jest to ważne szczególnie, gdy istnieje podejrzenie rozprzestrzeniania się infekcji wirusowych, bądź gdy dzieci mają objawy biegunki, grypy żołądkowej, albo wymiotują.

3) Dezynfekcja zabawek

Dezynfekcja zabawek to proces, w efekcie którego giną wszelkie drobnoustroje, które żerują i rozmnażają się na powierzchni zabawek. Dezynfekcja zabawek w żłobku nie może być przeprowadzona bez ich mycia. Jeżeli dezynfekcję wykonamy od razu, bez uprzedniego czyszczenia - skuteczność będzie niewystarczająca, ponieważ drobnoustroje mogą przetrwać pod warstwą tłuszczu i brudu. Należy ściśle przestrzegać minimalnych czasów dezynfekcji wypisanych na używanych preparatach - ten czas gwarantuje usunięcie mikrobów w warunkach czystych. W przypadku krótszej ekspozycji na preparat wirusy i bakterie mogą wykazać częściową odporność na działanie środka

dezynfekującego. Należy ostrożnie używać preparatów zawierających alkohole i chlor. Po dezynfekcji, każdą zabawkę należy optukać wodą lub przetrzeć wilgotną ściereczką.

Dezynfekowanie zabawek odbywa się przynajmniej raz w tygodniu. Brudne zabawki dezynfekuje się niezwłocznie po wyjściu dzieci ze Żłobka albo od razu po ich zanieczyszczeniu.

Załącznik nr III.2.2. Procedury czyszczenia zabawek niezmywalne (Pluszowe, Tkaninowe, Miękkie)

Etap czyszczenia zabawek	Częstotliwość	Procedura	Uwagi
1. Czyszczenie	Po zabrudzeniu.	Zabezpieczyć przedmioty do prania w siatce/poszewce.	Duże pluszaki, lalki szmaciane, kocyki Czyszczenie takich przedmiotów należy rozpocząć od zwykłego prania w ciepłej wodzie z dodatkiem mydła do prania. Można używać proszek dezynfekująco-piorący Eltra lub OMO Professional.
2. Pranie	Co najmniej raz w tygodniu.	Prać w pralce w jak najwyższej temperaturze tolerowanej przez materiał (zaleca się min. 60°C, jeśli to możliwe, lub użycie dodatkowego cyklu dezynfekcji pralki).	
3. Suszenie	Po każdym praniu.	Dokładnie wysuszyć (np. w suszarce bębnowej lub na powietrzu), aby zapobiec rozwojowi pleśni i roztoczy.	
Dezynfekcja nowych zabawek	Zasady dezynfekcji zabawek w żłobku zakładają, że jeżeli	W przypadku produktów, które były zapakowane w	

	zabawka została dopiero co wyjęta z pudełka, wcale nie oznacza, że jest całkowicie bezpieczna dla dziecka (sterylna).	szczerne opakowanie wystarczy umyć je szarym mydłem lub zamoczyć we wrzątku. To sposób na usunięcie "fabrycznych" mikroorganizmów. W przypadku nowych zabawek niepakowanych w szczelną folię należy potraktować je jako zabawki używane – czyli umyć i zdezynfekować.	
--	---	---	--

Załącznik nr III.2.3. Procedury czyszczenia zabawki o specjalnych wymaganiach (Książki, Puzzle kartonowe, Elektronika)

Etap czyszczenia zabawek	Częstotliwość	Procedura	Uwagi
1.Ograniczyć do minimum. Nie można ich dezynfekować na mokro.	Codziennie, wizualna inspekcja	W przypadku widocznego zabrudzenia – usunąć lub odizolować. Używać głównie książek z grubego kartonu, które można delikatnie przetrzeć	Książki i Puzzle Kartonowe
2. myć i dezynfekować	W miarę potrzeby, po zabrudzeniu.	Można dezynfekować roztworem na bazie alkoholu lub parą wodną. Należy je bardzo szybko suszyć, aby zapobiec pękaniu i pleśni.	Zabawki drewniane (Nielakierowane)
3.myć i dezynfekować	Codziennie, po zakończeniu dnia.	Przetrzeć powierzchnię ściereczką nasączoną środkiem dezynfekcyjnym na bazie alkoholu, który szybko odparowuje (nie moczyć!). Omijać	Zabawki elektroniczne (pozytywki, gry itp.). Dopuszczenie wody do podzespołów może je uszkodzić, dlatego należy je delikatnie przecierać szmatką lub chusteczką nawilżoną

		otwory baterii i głośników.	preparatem dezynfekującym.
--	--	-----------------------------	----------------------------

Załącznik nr III.2.4. Procedury czyszczenia dużych zmywalnych zabawek z plastiku, metalu i drewna, gumowych (klocków, figurek, samochodów, zabawek do kąpeli, zabawek sensorycznych)

Etap czyszczenia zabawek	Częstotliwość	Procedura	Uwagi
1. Wstępne mycie	Codziennie po zakończeniu dnia.	Usunąć widoczne zabrudzenia. Umyć zabawki w ciepłej wodzie z dodatkiem łagodnego detergentu (np. płynu do mycia naczyń).	Duże zabawki z plastiku, metalu i drewna należy czyścić zgodnie z opisaną na preparacie instrukcją.
2. Spłukiwanie	Codziennie.	Dokładnie spłukać zabawki czystą wodą, aby usunąć resztki mydła.	
3. Dezynfekcja chemiczna (zanurzenie/przetarcie)	Codziennie.	Opcja 1 (Zanurzenie): Zanurzyć zabawki na określony czas w roztworze dezynfekcyjnym (zgodnie z instrukcją producenta). Opcja 2 (Przetarcie): Przetrzeć większe zabawki czystą szmatką/gąbką nasączoną roztworem dezynfekcyjnym, przestrzegając czasu kontaktu.	
4. Końcowe spłukiwanie i suszenie	Codziennie.	Po upływie czasu kontaktu, spłukać zabawki czystą wodą. Wyłożyć na czyste powierzchnie (np. ręczniki papierowe) i pozostawić do całkowitego wyschnięcia na powietrzu przed ponownym włączeniem do użytku.	

Załącznik nr III.2.5. Harmonogram sprzątania.

Strefa	Częstotliwość sprzątania	odpowiedzialny
Strefa zabawy	Codziennie	
Strefa odpoczynku	Co tydzień	

Strefa posiłków	Po każdym posiłku	
Strefa higieny	Co kilka godzin	

4) Czyszczenie instrumentów muzycznych

Flety, piszczałki, trąbki i tego typu przedmioty są chętnie używane przez dzieci. Ze względu na specyfikę ich używania podnoszą ryzyko przenoszenia się chorób. Podczas czyszczenia instrumentów należy szczególną uwagę zwrócić przy myciu ustników, na których znajduje się ślina. Najlepiej, żeby dzieci posiadały własne instrumenty, którymi nie będą się dzieliły. Trzeba też uświadamiać je o zasadach używania instrumentów.

5) Segregowanie i przechowywanie zabawek

Zabawki są ważnym elementem dzieciństwa, lecz są także nośnikiem zarazków. Dlatego należy uważać, aby chore dzieci nie wymieniały się nimi. Wymogi sanitarne wskazują, by skażone zabawki (brudne, skażone, a nawet potencjalnie skażone) przechowywane były w osobnych szufladach – z dala od czystych zabawek. Brudne zabawki należy umieścić w miejscu niedostępnym dla dzieci. Zabawki z brudnego pudełka należy dokładnie wyczyścić przed ponownym użyciem, a najlepiej często myć je wszystkie razem, wraz z pudełkiem. Należy także unikać przechowywania zabawek w plastikowych torbach. Brak wentylacji sprzyja rozwojowi drobnoustrojów.

6) Dobór zabawek dla dzieci

Zabawki używane w Żłobku powinny być dostosowane do wieku i rozwoju dzieci, a także stosowane zgodnie z ich przeznaczeniem (rekreacyjne, edukacyjne, terapeutyczne). Zabawki w żłobku powinny być bezpieczne w użyciu, posiadać trwałą konstrukcję i gładkie brzegi, a także łatwe do czyszczenia oraz odporne na dezynfekcję. Preferujemy zabawki o twardej, gładkiej, nieteksturowanej powierzchni (plastik, winyl, lakierowane lub malowane drewno, metal). Aby dezynfekcja zabawek w żłobku była bezpieczna uzupełnia się ją kontrolą sprawności zabawki tj. - czy zabawka nie zepsuła się podczas dezynfekcji, czy jakiś jej element się nie ułamał, czy nie wystają z niej ostre części.

7) Ogólne zasady stosowania preparatów dezynfekcyjnych

Wszystkie czynności związane z dezynfekcją (począwszy od rąk poprzez pomieszczenia, kończąc na holach, korytarzach, miejscach komunikacji) powinny być wykonane odpowiedzialnie, uczciwie i z najwyższą starannością.

Preparaty do dezynfekcji używane w Żłobku przechowywane w oryginalnych opakowaniach, w miejscu chłodnym i suchym, niedostępne dla osób niepowołanych. Do dezynfekcji należy stosować preparaty myjąco-dezynfekujące o udowodnionym działaniu dezynfekcyjnym, rozpuszczające zanieczyszczenia, nie uszkadzające dezynfekowanego sprzętu. Powierzchnie - meble, podłogi, ściany wolne od zanieczyszczeń organicznych myjemy roztworem wody z dodaniem środka myjącego. Powierzchnie zanieczyszczone substancjami organicznymi należy dezynfekować preparatami biobójczymi, preparatami na bazie alkoholu SALISEPT. Warunkiem zdezynfekowania powierzchni jest kontakt z roztworem preparatu: dokładne pokrycie powierzchni lub zanurzenie.

Na podstawie Komunikatu Głównego Inspektora Sanitarnego dezynfekować należy czyste powierzchnie.

8) Częstotliwość i techniki dezynfekcji

W żłobku niezbędna jest odpowiednia częstotliwość dezynfekcji, zwłaszcza w miejscach, gdzie dzieci bawią się. Regularne czyszczenie oraz dezynfekcja powierzchni mogą znacznie zredukować ryzyko rozprzestrzeniania się bakterii i wirusów.

W żłobku rekomenduje się następujące techniki dezynfekcji:

- Dezynfekcję powierzchni - należy regularnie przemywać stoły, krzesła oraz inne często dotykane przedmioty, takie jak zabawki i sprzęty, używając odpowiednich środków dezynfekcyjnych.
- Dezynfekcję rąk- umożliwia dzieciom regularne mycie rąk.
- Dezynfekcję powietrza- używanie urządzeń, które poprawiają jakość powietrza w pomieszczeniach, takich jak nawilżacze czy oczyszczacze z funkcją dezynfekcji.

Ważnym aspektem jest również częstotliwość przeprowadzania dezynfekcji.

Załącznik nr III.2.6. Harmonogram przeprowadzania dezynfekcji w żłobku w Janowcu Wielkopolskim

Obszar /powierzchnie	Częstotliwość dezynfekcji	odpowiedzialny
Powierzchnie płaskie (stoły, meble na salach, szafki)	Codziennie	
Zabawki	Co 2 dni	
Toalety, łazienki (muszla i deska sedesowa, brodzik, umywalka, baterie kranowe)	Kilka razy dziennie zalecana rutynowa dezynfekcja.	Dodatkowo zasadność dezynfekcji tej grupy występuje w przypadku : a) po stwierdzonym zachorowaniu zakaźnym b) pojawienia się patogenów „alarmowych ”
Podłogi oraz pomieszczenia socjalne	Co tydzień	nie zaleca się rutynowej dezynfekcji, większość flory bakteryjnej powierzchni stanowi flora niepatogenna, użycie detergentu usuwa około 80 % drobnoustrojów. Zasadność dezynfekcji tej grupy powierzchni występuje w przypadku: a) pojawienia się patogenów „alarmowych ” b) zabrudzenia materiałem potencjalnie zakaźnym (krew, wydaliny i wydzieliny)
kuchnia	zalecane mycie naczyń w	

	urządzeniach utrzymujących temperaturę powyżej 95°C przez 5 minut)	
Sprzęt do sprzątania	- mopy, nakładki futerkowe, ścierki powinny być wykonane z takiego materiału żeby wytrzymały proces dezynfekcji termicznej (95°C-10 minut) - wiadra, wózki, kije do mopów, powinny być dezynfekowane, myte, przechowywane czyste i suche - ciężki sprzęt do sprzątania – odkurzacze, froterki powinien być dezynfekowany i myty przed każdą zmianą miejsca sprzątania, przechowywany czysty i suchy.	
Pojemniki na zabawki w których przechowuje się zabawki	powinny być myte i dezynfekowane co najmniej raz w tygodniu, lub w miarę potrzeby.	Pojemniki, kosze i pudła
Powierzchnie do czyszczenia	Po zakończeniu procesu czyszczenia, wszystkie powierzchnie (zlewy, blaty) używane do mycia zabawek, a także zlew i zmywarka, muszą zostać umyte i zdezynfekowane.	

Podstawę zdrowej i bezpiecznej atmosfery w żłobku jest indywidualne podejście do potrzeb grupy oraz regularne i systematyczne działania w zakresie dezynfekcji. Dzięki wdrożeniu skutecznych metod można znacznie obniżyć ryzyko zachorowań i stworzyć dzieciom komfortowe warunki do zabawy i nauki.

Uwaga!

Żłobek podlega okresowej kontroli organów Państwowej Inspekcji Sanitarnej w zakresie spełnienia wymagań higienicznosanitarnych.

Załącznik nr III.2.7 Szczegółowe zasady czyszczenia i dezynfekcji zabawek w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim

Nazwa zasad	Opis zasad czyszczenia i dezynfekcji zabawek w Żłobku w Janowcu Wielkopolskim
Rotacja zabawek	Wprowadza się system rotacji, aby każdego dnia używać tylko

	części zbioru zabawek. Umożliwia to regularne czyszczenie i suszenie drugiej partii.
Kwarantanna	Należy natychmiast usuwać z obiegu zabawki, które dziecko wzięło do ust, zostało zabrudzone płynami ustrojowymi (ślina, katar) lub spadło na zabrudzoną podłogę. Te zabawki trafiają do wydzielonego, oznakowanego pojemnika na brudne zabawki i są czyszczone w pierwszej kolejności.
Personel żłobka	Czyszczenie i dezynfekcja powinny być wykonywane w rękawiczkach ochronnych i w wydzielonym, bezpiecznym miejscu (np. w aneksie kuchennym lub łazience gospodarczej).
Preparaty	Używamy środków dezynfekcyjnych bezpiecznych dla dzieci, które posiadają odpowiednie atesty i są stosowane w zalecanym przez producenta stężeniu i czasie
Dezynfekcja przestrzeni zabawowej	Przestrzeń zabawową należy regularnie dezynfekować, aby unikać przenoszenia bakterii oraz wirusów.

9) Wybór produktów do czyszczenia w żłobku

Wybór odpowiednich produktów do czyszczenia w żłobku jest kluczowy dla zapewnienia dzieciom bezpiecznego i zdrowego środowiska. Najlepsze produkty do czyszczenia powinny być nie tylko skuteczne, ale także bezpieczne dla małych dzieci, które są szczególnie wrażliwe na chemikalia. Używane w Żłobku środki to:

- dezynfekujące produkty, oznaczone jako bezpieczne dla dzieci. Eliminują bakterie i wirusy i są niezbędne w miejscach, gdzie przebywają dzieci.
- ekologiczne środki czyszczące oparte na naturalnych składnikach - zmniejszają ryzyko alergii i podrażnień.
- chusteczki nawilżane- idealne to te, które nie zawierają alkoholu i sztucznych zapachów do szybkiego czyszczenia rąk i zabawek.
- sprzęt do czyszczenia takie jak: mopy, miotły i ściereczki są z mikrofibry, bowiem skutecznie zbierają brud i zarazki.

Przy doborze produktów, zwraca się uwagę na informacje na etykietach. Produkty są: bezpieczne dla dzieci, nie zawierają szkodliwych chemikaliów, są ekologiczne, wykonane z naturalnych składników, hipoalergiczne, które minimalizują ryzyko reakcji alergicznych.

Personel żłobka zobowiązany jest do odpowiedzialnego korzystania z powyższych produktów. Regularnym elementem pracy w żłobku jest szkolenie personelu z zakresu czyszczenia i dezynfekcji, dzięki czemu minimalizujemy ryzyko rozprzestrzeniania się chorób i zbudujemy zdrowe nawyki u dzieci.

10) Dokumentacja środków czystości

W Żłobku prowadzone i przechowywane są aktualne Karty charakterystyki (SDS) dla wszystkich używanych środków chemicznych i dezynfekcyjnych. Posiadane dokumenty potwierdzają, że używane środki dezynfekcyjne są dopuszczone do stosowania w placówkach opieki nad dziećmi (np. atesty PZH).

W widocznym miejscu (przy stanowisku pracy) umieszczone zostały instrukcje dotyczące prawidłowego stężenia i czasu kontaktu dla preparatów dezynfekcyjnych.

IV. Procedury posiłków, zasady żywienia dzieci w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim

1. Zasady ogólne żywienia dzieci

Posiłki serwowane dzieciom w Żłobku są przygotowywane w odpowiednich warunkach higienicznych. Personel kuchenny w Żłobku przygotowujący/wydający posiłki posiada aktualne orzeczenia do celów sanitarno-epidemiologicznych. Posiłki wydawane są w jednorazowych rękawiczkach lub przy użyciu wydezynfekowanych narzędzi. Naczynia i sztućce przeznaczone wyłącznie dla dzieci w Żłobku, myte są w zmywarce w wysokiej temperaturze/ ręcznie z użyciem wyparacza. Po posiłku, natychmiast usuwa się resztki jedzenia i myje/dezynfekuje blaty stołów po posiłku.

2. Zasady higieny posiłków w grupach żłobkowych

Żłobek ma obowiązek zapewnić dzieciom możliwość higienicznego spożywania posiłków (art. 24 ust. 2 ustawy z 4 lutego 2011 r. o opiece nad dziećmi w wieku do lat 3).

Aby zapewnić dzieciom objętym opieką w żłobku odpowiednie warunki do higienicznego spożywania posiłków, należy m.in.:

- a) zadbać, by dzieci przystępowały do jedzenia z czystymi rękoma. Wilgotne chusteczki, wygodne i pomocne w pielęgnacji niemowląt, nie powinny być stosowane w przypadku dzieci, które samodzielnie spożywają posiłki. Przecieranie ich rąk mokrymi chusteczkami nie prowadzi do nabywania odpowiednich nawyków higienicznych przez dzieci.

W lokalu, w którym prowadzony jest żłobek, zapewnia się dostęp do umywalki z ciepłą bieżącą wodą do utrzymania higieny osobistej dzieci (§ 2 pkt 9 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z 10 lipca 2014 r.). Miejsce do spożywania posiłków jest wyraźnie odseparowane od miejsca, w którym znajduje się stanowisko do przewijania dzieci (§ 2 pkt 10 ww. rozporządzenia).

Dzieciom podaje się gorące posiłki wyłącznie w sali zabaw*. Wydzielonym pomieszczeniem do spożycia posiłku może być np. sala zabaw, pod warunkiem że zostaną podjęte czynności zapewniające dzieciom bezpieczne i higieniczne warunki ich spożycia: dzieci zakończą zabawy i posprzątają stoliki, przy których wcześniej się bawiły, przygotowują się do posiłku, wykonując podstawowe czynności higieniczne, zajmą wyznaczone miejsce przy stolikach, a osoby sprawujące nad nimi opiekę czuwać będą nad ich bezpieczeństwem.

W żłobku zapewnienia się odpowiednie standardy higieny podczas posiłków poprzez dbałość o właściwe nawyki żywieniowe oraz o czystość. Mają kluczowe znaczenie nie tylko dla zdrowia, ale także dla rozwoju dzieci. Organizacja posiłków polega na:

- zapewnieniu jedzenia serwowanego dzieciom poprzez przygotowywanie go w czystych warunkach i zgodnie z obowiązującymi normami oraz dbałość o spożywanie posiłku przez dzieci w odpowiednich warunkach higienicznych.
- Wprowadzeniu systemu higieny podczas posiłków - mycie rąk przed każdym posiłkiem, utrzymanie czystości w jadalni- regularne sprzątanie i dezynfekcja stolików oraz krzeseł.
- Odpowiednim przygotowanie posiłków w kuchni - jedzenie przygotowuje się zgodnie z zasadami sanitarno-epidemiologicznymi, co obejmuje m.in. przechowywanie żywności w odpowiednich temperaturach.
- Kontroli jakości żywności- czyli regularnym sprawdzaniu terminów ważności produktów oraz ich świeżości.

- organizacji posiłków w grupach. Dzieci często jedzą w różnym tempie, co należy wziąć pod uwagę i np.: dzielić dzieci na mniejsze grupy, wyznaczaniu zadań „pomocnika”- starsze dzieci mogą pomagać w wydawaniu posiłków lub rozkładaniu talerzy, co angażuje je i uczy odpowiedzialności.

Załącznik nr IV.2.1. szczegółowa instrukcja dotycząca higieny i procedur podawania posiłków w żłobku.

Celem procedury jest zapewnienie bezpieczeństwa żywności, zminimalizowanie ryzyka zakażeń oraz promowanie dobrych nawyków żywieniowych u dzieci.

Instrukcja Podawania Posiłków w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim

Etap	Procedura	Odpowiedzialny
1. Higiena Osobista Personelu	Personel odpowiedzialny za dystrybucję i podawanie posiłków musi dokładnie umyć i zdezynfekować ręce (zgodnie z wcześniej ustaloną procedurą). Należy założyć czystą, ochronną odzież wierzchnią (fartuch).	Personel kuchenny
2. Przygotowanie sali do posiłku	Błaty stołów, na których będą spożywane posiłki, muszą zostać umyte i zdezynfekowane tuż przed rozpoczęciem posiłku. Podłoga powinna być czysta.	Personel obsługi w żłobku
3. Przygotowanie dzieci	Wszystkie dzieci muszą dokładnie umyć ręce pod nadzorem personelu przed przystąpieniem do jedzenia.	Opiekunowie
4. Transport posiłków	Posiłki muszą być transportowane z kuchni do sali w szczelnych, czystych, termosach lub pojemnikach utrzymujących odpowiednią temperaturę. Należy kontrolować temperaturę posiłków.	Pracownicy obsługi
5. Porcjowanie posiłków	Posiłki są porcjowane w miejscu podawania. Personel używa do tego czystych, wyparzonych sztućców i naczyń (zgodnych z przeznaczeniem).	Personel obsługi
Podawanie posiłków dzieciom	Każde dziecko otrzymuje czyste i wyparzone, oznaczone naczynia i sztućce (zestaw indywidualny).	opiekunowie

Załącznik nr IV.2.2. szczegółowa instrukcja dotycząca higieny i procedur sprzątania po posiłkach w żłobku.

Etap	Zasady postępowania	Odpowiedzialni
Sprzątanie po posiłku	Natychmiast po zakończeniu posiłku resztki jedzenia,	Personel pomocniczy

	pozostałości w kubkach oraz serwetki/śliniaczki jednorazowe usuwa się do kosza na odpady organiczne.	
Zmywanie	Naczynia i sztućce bezzwłocznie przenosi się do miejsca zmywania.	Naczynia są myte w zmywarce w wysokiej temperaturze (dezynfekcja termiczna) lub ręcznie z użyciem profesjonalnego wyparzacza.
Dezynfekcja stołów	Po uprzątnięciu resztek, blaty stołów należy ponownie umyć i zdezynfekować.	
Mycie rąk personelu i dzieci	Po zakończeniu sprzątania wszyscy (zarówno personel, jak i dzieci) muszą ponownie dokładnie umyć ręce.	

3. Zasady higieny osób, naczyń i sprzętów w kuchni żłobka

1) higiena rąk

W przygotowywaniu posiłków nie mogą brać udziału osoby chore, z objawami infekcji, z ranami czy zakażeniami skórными nie zakrytymi wodoszczelnymi opatrunkami. Przydatność osób do pracy z żywnością powinna być sprawdzana przez pracowników nadzoru.

W walce z zatruciami pokarmowymi bardzo ważne jest skuteczne mycie rąk, zapobiega ono bowiem rozprzestrzenianiu się bakterii z rąk ludzi na powierzchnie robocze, sprzęt i żywność. Wszyscy pracownicy, którzy pracują z żywnością, powinni być przeszkoleni w zakresie techniki skutecznego mycia rąk. Wskazane są także instrukcje dotyczące właściwego mycia rąk, umieszczane nad umywalką. Personel pracujący z żywnością powinien myć ręce odpowiednio po: wejściu do kuchni, przed każdorazowym rozpoczęciem pracy, na przykład po każdej przerwie, po skorzystaniu z toalety, kontakcie z takimi produktami jak: surowe mięso, ryby, jaja, owoce i warzywa, kontakcie z odpadami spożywczymi lub opróżnianiu pojemnika na śmieci, sprzątaniu, jedzeniu, piciu, paleniu, dotknięciu telefonu, włączników światła, klamek, pieniędzy, zmianie opatrunku, kichaniu, kaszlu.

2) mycie i dezynfekcja naczyń i sprzętów

To, jaki posiłek podamy naszym podopiecznym zależy od jego świeżości, źródła pochodzenia itd., ale również od tego, w jakich warunkach został przygotowany. Chodzi oczywiście o stan sanitarny i czystość kuchni oraz sprzętów, jakich używamy do gotowania i przygotowywania potraw.

„Do najważniejszych czynników towarzyszących temu procesowi zalicza się dokładne mycie, właściwą dezynfekcję, odpowiednie wyposażenie i sprzęt oraz adekwatny wybór środków myjąco-dezynfekcyjnych. Gorąca woda powinna być powszechnie stosowana do mycia sprzętu i naczyń. Czynności te wykonuje się przez zanurzenie mytych przedmiotów w wodzie o temperaturze 85°C. W instrukcjach postępowania należy uwzględnić rodzaj zalecanego do użycia środka myjącego, jego rozcieńczenie, opis sposobu płukania i kontroli pozostałości stosowanego środka” – czytamy w opracowaniu Instytutu Matki i Dziecka.

3) odzież ochronna

Higiena dotyczy nie tylko pomieszczeń i sprzętów kuchennych, ale również personelu, wyznaczonego do przygotowywania i podawania dzieciom posiłków. Osoby zatrudnione w kuchni muszą dbać o czystość osobistą, ale przede wszystkim nosić ubrania ochronne – czyste i zabezpieczające przed zanieczyszczeniem dań. Zabrudzone ubrania ochronne, zwłaszcza noszone podczas przetwarzania surowej żywności (drobiu, ryb, jaj, warzyw), należy zmienić przed przystąpieniem do dalszej pracy. Personel powinien nosić odpowiednie nakrycia głowy, na przykład siatkę na włosy (osoby z długimi włosami powinny dodatkowo wiązać je z tyłu głowy). Podczas pracy z żywnością pracownicy nie mogą nosić biżuterii i zegarków (z wyjątkiem obrączki). W trakcie obróbki żywności i przygotowywania posiłków pracownikom nie wolno dotykać swojej twarzy i włosów, a także jeść.

4) dodatkowe ułatwienia

Takie zasady higieny wymagają oczywiście odpowiedniego przystosowania pomieszczeń, nie tylko kuchennych. Personel kuchni powinien przebrać się przed rozpoczęciem pracy w pomieszczeniu szatni z szafkami, gdzie pracownicy będą mogli zmienić strój i zostawić swoje rzeczy. Zgodnie z zaleceniami sanepidu i z rozporządzeniami, m.in.: Ustawy o bezpieczeństwie żywności i żywienia (art. 63 ust.1) z 2006 i Rozporządzeniem Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 10 lipca 2014 r. w sprawie wymagań lokalowych i sanitarnych jakie musi spełniać lokal, w którym ma być prowadzony żłobek lub klub dziecięcy, w kuchni powinien być stały dostęp do ciepłej wody i mydła. Personel musi mieć zapewnione ręczniki, najlepiej jednorazowe, żele i płyny dezynfekujące oraz pomocne akcesoria, np. rękawice jednorazowe, które według opracowania : „...powinny być jednak użyte tylko raz, a także zmieniane między czynnościami, na przykład po dotknięciu surowego mięsa, ryb, jaj, przed dotknięciem żywności gotowej do spożycia, po opróżnieniu pojemników na śmieci, po czyszczeniu”.

4. Higiena przygotowania posiłków i potraw w kuchni- zasady

Posiłki wydawane przez personel kuchenny/wydawalni posiłków, przewożone są wózkami przeznaczonymi tylko do żywności – na górnej półce wózka. Posiłki winny znajdować się w czystych, wydezynfekowanych i poprzykrywanych naczyniach.

Pracownicy kuchni/wydawalni posiłków winni pracować w czystych białych fartuchach oraz nakryciach głowy.

Przy zwożeniu brudnych naczyń oraz pozostałości pokonsumpcyjnych należy używać dolną część wózka.

Zlewki przenoszone są w naczyniach do tego przeznaczonych i oznakowanych. Wózki każdorazowo muszą być umyte i należy przeprowadzić dezynfekcję.

5. Przyjmowanie i przechowywanie (magazynowanie) żywności

Za przyjmowanie dostaw artykułów spożywczych odpowiedzialny jest intendent - specjalista do spraw żywienia i zaopatrzenia.

W przypadku artykułów spożywczych zwraca on uwagę na: producenta, datę produkcji, termin przydatności do spożycia (np. jogurty, serki itp.), sprawdza opakowanie zbiorcze i jednostkowe (zwraca uwagę na ewentualne obce zapachy, uszkodzenia, zawilgocenia, widoczne zanieczyszczenia i zapleśnienia).

Intendent na bieżąco sprawdza warunki przechowywania artykułów spożywczych, szczególnie temperaturę, wilgotność, termin przydatności do spożycia oraz daty minimalnej trwałości.

Artykuły spożywcze suche przechowywane są na regałach produktów suchych.

Intendent- specjalista do spraw żywienia i zaopatrzenia winien zwrócić szczególną uwagę na to, aby poszczególne rodzaje produktów spożywczych były przechowywane zgodnie z wymaganiami określonymi przez producenta podanymi w znakowaniu na ich opakowaniach.

Opakowania używane do artykułów spożywczych muszą być czyste i nieuszkodzone. Powinny stanowić ochronę przed zanieczyszczeniem, odpowiadać rodzajowi artykułu spożywczego i przewidywanym warunkom przechowywania.

W przypadku stwierdzenia, że artykuły spożywcze nie nadają się do spożycia, uległ zepsuciu bądź skończył się termin jego ważności należy:

- zgromadzić towar w wyznaczonym miejscu w zapakowanym kartonie,
- zwrócić towar dostawcy,
- płynne artykuły wylać do kanalizacji,
- stałe artykuły – zawiązane w worki wyrzucić do pojemników na śmieci, które zgodnie z umową opróżniane są przez firmę odbierającą nieczystości.

6. Mycie i dezynfekcja maszyn i sprzętu

Do mycia naczyń i sprzętu kuchennego wolno używa się wyłącznie środków myjących i szorujących przeznaczonych do tego celu z odpowiednimi informacjami na opakowaniach (atest PZH).

Po zakończeniu prac należy dokładnie umyć używany sprzęt, naczynia i urządzenia.

Personel jest zobowiązany do zabezpieczenia kuchni przed osobami postronnymi.

Uwaga! Potrzebę użycia środka dezynfekcyjnego i potrzebę dodatkowego sprzątania określa pielęgniarka.

7. Zasady postępowania w przypadku występowania punktów krytycznych w żłobku.

Postępowanie w punktach krytycznych w żłobku opiera się na systemie HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points). Jego celem jest zapewnienie maksymalnego bezpieczeństwa dzieciom poprzez eliminację zagrożeń zdrowotnych (biologicznych, chemicznych i fizycznych).

Oto kluczowe zasady i kroki, które należy podjąć, gdy wystąpi przekroczenie limitów w wyznaczonych punktach kontrolnych:

1) Krytyczne Punkty Kontrolne (CCP):

- a) Przyjęcie towaru:** Sprawdzenie świeżości produktów i temperatury transportu.
- b) Przechowywanie:** Monitorowanie temperatur w lodówkach i zamrażarkach.
- c) Obróbka cieplna:** Zapewnienie odpowiedniej temperatury wewnątrz potrawy (pasteryzacja/gotowanie).
- d) Wydawanie posiłków:** Utrzymanie temperatury dań gorących do momentu spożycia.

Jeśli podczas monitoringu okaże się, że parametry odbiegają od normy (np. lodówka ma 10°C zamiast max 5°C), należy natychmiast wdrożyć procedurę naprawczą:

- 1) Odseparowanie produktu- jeśli istnieje podejrzenie, że żywność uległa zepsuciu, należy ją oznakować i zabezpieczyć przed przypadkowym użyciem.
- 2) Podjęcie decyzji o przydatności: pracownik żłobka (np. intendent lub dietetyk) ocenia, czy produkt nadaje się do spożycia, czy wymaga utylizacji.

- 3) usunięcie przyczyny: naprawa sprzętu (np. wezwanie serwisanta do lodówki) lub zmiana dostawcy.

Załącznik nr IV.7.1. schemat reakcji w punkcie krytycznym

Sytuacja	Podjęmowane działania
Zbyt wysoka temp. w lodówce	Przeniesienie żywności do sprawnego urządzenia, sprawdzenie terminu przydatności.
Niedogotowane mięso	Kontynuacja obróbki cieplnej do osiągnięcia min. 75°C wewnątrz.
Zanieczyszczenie fizyczne (szkło)	Natychmiastowa utylizacja całej partii posiłku.

2) Punkty krytyczne dotyczące procedur sanitarnych:

- Higieny rąk- restrykcyjne przestrzeganie instrukcji mycia rąk przed kontaktem z żywnością i po zmianie pieluchy.
- stanu zdrowia- zakaz pracy osób z objawami infekcji pokarmowych lub skórnych.
- czystości powierzchni- obowiązkowa regularna dezynfekcja blatów, zabawek i nocników zgodnie z harmonogramem.

3) Dokumentacja i raportowanie

Każde wystąpienie sytuacji krytycznej oraz podjęte działania muszą zostać zapisane w odpowiednich dokumentach-arkuszach. Dokumentacja ta zawiera:

- datę i godzinę stwierdzenia nieprawidłowości.
- opis problemu (np. awaria prądu, zbyt niska temperatura zupy).
- podjęte działania (np. potrawa została poddana ponownej obróbce lub wyrzucona).
- podpis osoby odpowiedzialnej.

8. Dobre praktyki higieniczne, w tym właściwe mycie rąk

Mają na celu zapobieganie zanieczyszczeniu żywności potencjalnie chorobotwórczymi mikroorganizmami, których źródłem mogą być osoby mające kontakt z żywnością. Dotyczy to również SARS COV-2. Zaleca się stosowanie standardowych praktyk w celu zredukowania ekspozycji i transmisji chorób, które obejmują:

- właściwą higienę rąk – mycie i dezynfekcja,
- wykonywanie wszystkich czynności w rękawiczkach,
- Higienę kasłania/kichania,
- stosowanie zasad bezpieczeństwa żywności,
- ograniczenie przez pracowników bliskiego kontaktu z każdą osobą, która ma objawy chorobowe ze strony układu oddechowego (kichanie, kaszel). Osoby chore wykazujące ww. objawy nie mogą pracować w kontakcie z żywnością.

W Procedurze postępowania w przypadku wymienionych punktów krytycznych zastosowanie mają obowiązujące w żłobku przepisy HACCP.

Procedury te znane są każdemu pracownikowi i regularnie odświeżane podczas szkoleń BHP oraz sanitarnych.

Zespół ds. HACCP przeprowadza jeden raz w roku analizę wskazanych zagrożeń, a następnie rozważa działania zapobiegawcze (zaradcze) dla danego zagrożenia. Istnieje możliwość, że jest więcej niż jedno działanie zaradcze dla danego zagrożenia, a także, że więcej niż jedno zagrożenie może być kontrolowane przez jedno działanie zaradcze.

Załącznik nr IV.8.1. Codzienna Lista Kontrolna CCP i Higieny

A. Przyjęcie towaru i magazynowanie:

Czy dostarczone produkty mają nienaruszone opakowania?

Czy temperatura w transporcie produktów chłodzonych była właściwa?

Czy sprawdzono terminy przydatności do spożycia wszystkich nowo przybyłych produktów?

Czy temperatura w lodówkach wynosi max. 5°C, a w zamrażarkach min. -18°C?

B. Przygotowanie posiłków (Obróbka wstępna i cieplna):

Czy zachowano rozdział stanowisk (osobne deski/noże do mięsa surowego, warzyw, pieczywa)?

Czy warzywa i owoce zostały dokładnie umyte i zdezynfekowane?

Czy temperatura wewnątrz potrawy po gotowaniu/pieczeniu osiągnęła min. 75°C?

Czy zupy w momencie wydawania mają temperaturę min. 65°C?

C. Higiena personelu i stanowiska pracy:

Czy pracownicy mają założoną czystą odzież ochronną i nakrycia głowy?

Czy ręce są myte i dezynfekowane przed każdym kontaktem z żywnością oraz po obróbce produktów surowych?

Czy blaty robocze i sprzęty są czyste i zostały zdezynfekowane po zakończeniu prac?

Czy w kuchni nie znajduje się zbędna biżuteria ani rzeczy osobiste?

D. Próbkowanie żywnościowe i odpady:

Czy pobrano i opisano (data, godzina, nazwa) próbki wszystkich dań obiadowych?

Czy próbki zostały zabezpieczone w lodówce na okres 72 godzin?

Czy odpady są regularnie usuwane z kuchni, a pojemniki na śmieci są zamknięte i czyste?

E. Wydawanie posiłków:

Czy naczynia i sztućce dla dzieci są czyste i wyparzone?

Czy porcjowanie odbywa się przy użyciu czystego sprzętu?

9. Bezpieczeństwo Alergologiczne

Przed każdym posiłkiem personel musi sprawdzić listę alergenów i upewnić się, że posiłek dziecka z alergią/nietolerancją jest poprawnie oznakowany. Posiłki dla alergików powinny być przechowywane, porcjowane i podawane oddzielnie od posiłków standardowych, aby uniknąć zanieczyszczenia krzyżowego.

Uwaga!

Dzieci mają stały dostęp do świeżej wody pitnej (z czystych kubeczków lub bidonów).

10. Picie z butelki

Gdy dziecko w żłobku pije z butelki - butelki i smoczki należy myć i wyparzać po każdym ich użyciu.

11. Żywność przyniesiona z domu

Zgodnie z przepisami, żłobek zazwyczaj nie może podawać dzieciom żywności przyniesionej z domu (wyjątki muszą być uregulowane w polityce placówki i często dotyczą tylko mleka modyfikowanego/specjalistycznego).

Załącznik nr IV.11.1. procedury dotyczące przygotowania i podawania mleka modyfikowanego dla niemowląt/pokarmu matki

W żywieniu niemowląt kluczowa jest sterylność, aby uniknąć problemów żołądkowo-jelitowych. Procedurę przeprowadza się w czystym, wyznaczonym do tego celu miejscu, z dala od surowej żywności, w miarę możliwości w osobnym aneksie kuchennym lub wydzielonej strefie.

Etap	Odpowiedzialni	Opis procedury
Higiena i przygotowanie stanowiska pracy	Personel obsługi	Dokładne mycie i dezynfekcja rąk przez personel (zgodnie z wcześniej ustaloną procedurą). Wskazane jest założenie czystych rękawiczek jednorazowych.
przygotowanie powierzchni roboczej - (blat) musi zostać oczyszczony i zdezynfekowany przed rozpoczęciem przygotowywania.	Personel obsługi	Należy używać wyłącznie czystych i wyparzonych butelek, smoczków, nakrętek i mieszadełek.
Przygotowanie butelek i Smoczków	Personel	Mycie: Po każdym użyciu butelki, smoczki i elementy składowe należy natychmiast dokładnie umyć w gorącej wodzie z detergentem, używając specjalnej szczotki.
Wyparzanie/Sterylizacja Wszystkie wyparzone elementy muszą być przechowywane w zamkniętym, czystym pojemniku aż do momentu użycia.	Personel- wszystkie elementy muszą być wyparzone lub sterylizowane przed kolejnym użyciem.	Użycie sterylizatora parowego lub wyparzenie wrzącą wodą przez 5–10 minut.

Załącznik nr IV.11.2. Przygotowanie mleka modyfikowanego

- Do przygotowania mleka należy używać wody przeznaczonej dla niemowląt lub wody pitnej przegotowanej i schłodzonej do temperatury określonej przez producenta mleka modyfikowanego (zwykle około 40–50°C),
- Używać wyłącznie dołączonej do opakowania miarki. Należy ściśle przestrzegać proporcji podanych na opakowaniu mleka (nie ubijać proszku w miarce).
- Proszek należy dodać do wody w butelce, zamknąć butelkę i delikatnie potrząsać lub mieszać do całkowitego rozpuszczenia.
- Przed podaniem sprawdzić temperaturę mleka, wylewając kilka kropli na wewnętrzną stronę nadgarstka (mleko powinno być letnie, nie gorące).

- Gotowe mleko modyfikowane należy podać natychmiast po przygotowaniu. Nie należy go przechowywać.
- Resztki mleka, które dziecko nie wypilo w ciągu godziny od przygotowania/podania, muszą zostać wylane i utylizowane z uwagi na szybki rozwój bakterii w ciepłym mleku.

Załącznik nr IV.11.3. Postępowanie z pokarmem matki (mleko odciągnięte)

- Przyjmowanie i Przechowywanie- mleko musi być dostarczone przez rodziców w sterylnych, szczelnych i opisanych pojemnikach (imię i nazwisko dziecka, data i godzina odcięcia).
- mleko należy natychmiast umieścić w lodówce lub zamrażarce żłobka.
- Pokarm matki podgrzewać w podgrzewaczu do butelek lub w kąpeli wodnej – nie bezpośrednio w kuchence mikrofalowej (niszczy cenne składniki i nierównomiernie grzeje). Temperatura nie może przekraczać 37°C (temperatura ciała).
- Po ogrzaniu mleko należy podać natychmiast.
- Podobnie jak mleko modyfikowane, niedopite resztki muszą zostać wylane i utylizowane. Mleka raz podgrzanego nie wolno ponownie schładzać i podawać.

Załącznik nr IV.11.4 Postępowanie z dzieckiem podczas karmienia

- Utrzymać czystą i bezpieczną pozycję do karmienia (personel karmi dziecko na rękach).
- Personelowi nie wolno wkładać smoczka butelki do własnych ust w celu sprawdzenia temperatury czy drożności.
- Zaleca się odnotowanie w dzienniku żywienia, ile i kiedy dziecko wypilo mleka.

Załącznik nr IV.11.5. Postępowanie w przypadku choroby dziecka

- W przypadku zaobserwowania u dziecka niepokojących objawów chorobowych (gorączka, uporczywy kaszel, wymioty, biegunka, wysypka) personel ma obowiązek natychmiast odizolować je od grupy.
- Izolacja odbywa się w specjalnie wyznaczonym, czystym i łatwym do dezynfekcji pomieszczeniu/kącie (izolatka).
- Powiadamy rodziców- natychmiastowy kontakt z rodzicami/opiekunami w celu odebrania dziecka.
- Po opuszczeniu placówki przez chore dziecko, należy dokładnie zdezynfekować miejsce, w którym przebywało (zabawki, podłogę, powierzchnie dotykowe).
- Żłobek nie podaje leków dzieciom, chyba że istnieją wyraźne wskazania lekarskie i pisemna zgoda rodziców, zgodnie z wewnętrzną polityką placówki.

Załącznik nr IV.11.6. czynności zapobiegawcze rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych

Odpowiednia higiena w grupie żłobkowej jest kluczowa dla zapobiegania rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych. Warto wdrażać różnorodne praktyki, które mogą znacznie zredukować ryzyko infekcji wśród najmłodszych. Oto kilka podstawowych zasad, które obowiązują w Żłobku Gminnym w Janowcu Wielkopolskim

Zasady higieny	Podejmowane czynności
Częste mycie rąk	Dzieci powinny myć ręce przed posiłkami, po zabawach na świeżym powietrzu oraz po skorzystaniu z toalety. To najprostszy sposób na eliminację zarasków.
Utrzymanie czystości zabawek:	Regularne dezynfekowanie zabawek oraz innych przedmiotów użytku codziennego ogranicza ryzyko przenoszenia bakterii.
Izolacja chorych dzieci:	W przypadku zauważenia objawów choroby, warto natychmiast zapewnić dziecku odpoczynek w domu, aby zminimalizować ryzyko zakażenia innych maluchów.
Edukacja rodziców:	Warto organizować spotkania z rodzicami, podczas których można przedstawić im zasady higieny i zaznajomić z objawami chorób zakaźnych.

Załącznik nr IV.11.7. Procedury postępowania w przypadku epidemii (np.: Wirus Grypy, Rotavirus, COVID-19)

W przypadku ogłoszenia stanu epidemii lub zwiększonej zachorowalności na terenie żłobka, należy wdrożone zostaną dodatkowe środki ochronne takie jak:

1) Wzmocniona izolacja i kontrola wstępna

- wprowadza się obowiązek kontroli stanu zdrowia dziecka (np. pomiar temperatury, inspekcja wzrokowa) - przy wejściu do żłobka. Dzieci z objawami infekcji nie zostaną przyjęte.
- Każde dziecko, u którego w trakcie dnia pojawiają się objawy chorobowe, zostaje natychmiast odizolowane w izolatce, a rodzice powiadomieni o konieczności natychmiastowego odbioru.
- Ogranicza się do minimum kontakt dzieci i personelu z różnych grup (unikanie wspólnych zabaw, posiłków, spacerów).

2) Intensyfikacja procedur sanitarnych

- Zwiększenie częstotliwości dezynfekcji powierzchni dotykowych (klamki, włączniki, poręcze, blaty) do co najmniej 5–6 razy dziennie i natychmiast po każdym zanieczyszczeniu.
- wprowadzona częstsza dezynfekcja zabawek zmywalnych minimum 2 razy dziennie (po zabawie porannej i popołudniowej).
- Maksymalne zwiększenie częstotliwości i długości wietrzenia pomieszczeń, nawet kosztem chwilowego obniżenia temperatury.

3) Komunikacja i Informacja

- W przypadku podejrzenia lub potwierdzenia epidemii (np. zatrucia pokarmowego, rotawirusa) należy niezwłocznie powiadomić Państwową Inspekcję Sanitarną (Sanepid).
- Informuje się rodziców o panującej w placówce chorobie z zachowaniem anonimowości (bez podawania danych chorych dzieci), z prośbą o zwiększoną czujność i obserwację dziecka.
- Codzienne przypomina się i monitoruje przestrzeganie procedur przez personel żłobka (zwłaszcza prawidłowego mycia i dezynfekcji rąk).

12. Znaczenie diety w utrzymaniu zdrowia dzieci w żłobku

Dieta dzieci w żłobku odgrywa kluczową rolę w ich ogólnym zdrowiu i rozwoju. Odpowiednie odżywianie wpływa na:

- d) wzrost i rozwój- składniki odżywcze zawarte w diecie są niezbędne do prawidłowego wzrostu dzieci. Szczególnie ważne są białka, witaminy oraz minerały, które wspierają rozwój układu kostnego i mięśniowego.
- e) układ odpornościowy- zrównoważona dieta wzmacnia system immunologiczny, co sprawia, że dzieci są mniej podatne na choroby oraz infekcje.
- f) zdrowie psychiczne - odpowiednie odżywianie może także wpływać na samopoczucie emocjonalne. Kwasy tłuszczowe omega-3, witaminy z grupy B i inne składniki wspierają funkcje poznawcze oraz nastrój.

Ważnym aspektem w diecie dziecka ma również edukacja na temat zdrowego odżywiania oraz wprowadzanie nowych smaków. Dzieci, które mają możliwość samodzielnego wyboru i przygotowania posiłków, często rozwijają zdrowsze nawyki żywieniowe. W grupach żłobkowych warto organizować:

- g) Warsztaty kulinarne, umożliwiające dzieciom naukę o różnych składnikach, ich wartościach odżywczych i sposobach przygotowania.
- h) smakowanie owoców i warzyw, co ułatwia wprowadzenie nowych smaków i zachęca do odkrywania zdrowych opcji żywieniowych.
- i) interaktywne zajęcia- wykorzystujące zabawki i gry związane z jedzeniem oraz zdrowym stylem życia.

Aby monitorować jakość diety w żłobku opracowuje się dekadowe jadłospisy, które pozwalają na łatwiejszą kontrolę dostarczanych dzieciom składników odżywczych.

Załącznik nr IV.12.1. Przykładowa tabela posiłków- przykładowy jadłospis

Posiłek	Składniki	Wartość odżywcza
Śniadanie		
Obiad		
Podwieczorek		

Dieta w grupach żłobkowych powinna być zróżnicowana i dostosowana do potrzeb dzieci, aby wspierać ich zdrowie. Kluczowe jest wprowadzenie rutynowych posiłków oraz zachęcanie dzieci do aktywnego uczestnictwa w procesie jedzenia. Dzięki tego rodzaju podejściu, nie tylko buduje się ich zdrowe nawyki, ale również kształtuje pozytywne relacje z jedzeniem.

V. Monitorowanie zdrowia dzieci

1. Regularne kontrole stanu zdrowia w żłobku w celu szybkiej identyfikacji i reakcji na ewentualne choroby. W czynnościach monitorowania istotne znaczenie mają:

- 1) Wentylacja i utrzymanie czystości powietrza- pomieszczenia żłobka są regularne i intensywne wietrzone (co najmniej 3-4 razy dziennie), zwłaszcza podczas nieobecności dzieci (np. w czasie spaceru lub drzemki).
- 2) Monitoring temperatury i wilgotności powietrza. W przypadku używania nawilżaczy, są one regularnie czyszczone i dezynfekowane.
- 3) Środki czystości i dezynfekcji- są przechowywane w miejscu niedostępnym dla dzieci i używane zgodnie z instrukcją producenta. Stosuje się środki dopuszczone do użytku w placówkach opieki nad dziećmi.
- 4) Segregacja odpadów. Wprowadzono system segregacji odpadów oraz zachęca dzieci do odpowiedzialnego podejścia do ochrony środowiska.
- 5) Szkolenia. Personel żłobka regularnie odbywa szkolenia w zakresie niniejszych procedur oraz poprawnej techniki mycia i dezynfekcji rąk.
- 6) Dokumentacja- prowadzony jest rejestr przeprowadzonych dezynfekcji (np. przewijaków, zabawek).

2. Kontrola Sanepidu. Procedury muszą być zgodne z aktualnymi wymogami Państwowej Inspekcji Sanitarnej.

Właściwe podejście do zdrowia dzieci w grupie żłobkowej jest kluczowe dla ich prawidłowego rozwoju. W tym kontekście wspieranie ich zdrowia przez specjalistów musi być systematyczne i przemyślane

3. Edukacja dzieci w zakresie higieny.

Dbłość o higienę osobistą personelu żłobka i dzieci wymaga systematycznej edukacji na ten temat. Dzieciom należy tłumaczyć, dlaczego te czynności są ważne, a także organizować zabawy z użyciem kolorowych plakatów oraz materiałów wizualnych których celem jest utrwalanie nawyków dbałości o higienę i utrzymywaniem czystości. W ramach codziennej rutyny, personel żłobka powinien stanowić przykład do naśladowania dla dzieci. Wprowadzenie zasad dbałości o higienę i czystość nie tylko zwiększa bezpieczeństwo dzieci, ale także uczy je odpowiednich nawyków higienicznych, które będą przydatne przez całe życie. Budowanie kultury higieny już od najmłodszych lat jest najlepszą formą prewencji zdrowotnej.

Edukacja dzieci na temat higieny osobistej to kluczowy element ich rozwoju oraz zdrowia. Oto kilka sprawdzonych sposobów, które można zastosować w grupach żłobkowych:

- 1) Praktyczne zajęcia – czyli organizowanie gier i zabaw, które uczą dzieci, jak dbać o czystość. Przykładem mogą być zabawy związane z myciem rąk: dzieci mogą bawić się w mycie zabawek, co uczy ich odpowiednich nawyków.
- 2) Opowiadania i bajki – wykorzystanie książek i opowiadań, które w przystępny sposób przedstawiają znaczenie higieny. Dzieci często uczą się poprzez historie, więc warto wybrać te, które skupiają się na dbaniu o siebie.
- 3) Punkty kontrolne – warto wprowadzić system punktów, gdzie dzieci zdobywają nagrody za przestrzeganie zasad higieny, takich jak mycie rąk po zabawie czy przed posiłkiem.

- 4) Ruchome zasady – czyli stworzenie w grupach atrakcyjnych plakatów, które przypominają o podstawowych zasadach higieny. Wizualne przypomnienia mogą być skutecznym narzędziem w edukacji.

W edukacji na temat higieny osobistej istotne znaczenie ma współpraca z rodzicami. W żłobku organizowane są spotkania, podczas których rodzice mogą dowiedzieć się, jak wspierać dzieci w nauce higieny w domu oraz jaka jest ich rola w kształtowaniu nawyków higienicznych, które będą służyć ich dzieciom przez całe życie. Rodzice, jako pierwsze autorytety w życiu dziecka, mogą znacząco wpłynąć na to, jak ich dzieci podchodzą do kwestii higieny. Dlatego warto wskazać im kilka kluczowych działań, które mogą podjąć:

- 1) Edukacja przez przykład- dzieci uczą się przez naśladowanie rodziców. Regularne mycie rąk, dbanie o czystość ciała i otaczającego środowiska stanowią doskonałe wzorce do naśladowania.
- 2) Uświadamianie dzieci- rozmowy z dzieckiem o funkcji i znaczeniu higieny w codziennym życiu, np. mówiąc o tym, jak mycie rąk zapobiega chorobom.
- 3) Tworzenie rutyn- czyli ustalenie stałych rytuałów związanych z higieną, takich jak mycie rąk przed jedzeniem czy codzienna kąpiel, pomaga dzieciom w nabywaniu zdrowych nawyków.
- 4) Wsparcie emocjonalne- w sytuacjach, gdy dzieci nie chcą dbać o higienę, ważne jest, aby rodzice cierpliwie tłumaczyli, dlaczego te zachowania są ważne, zamiast wymuszać ich przestrzeganie.
- 5) Niezwykle istotna jest również komunikacja między rodzicami, a personelem żłobka. Dzięki regularnym kontaktom, można wymieniać się doświadczeniami oraz najlepszymi praktykami. Współpraca ta przyczynia się do stworzenia konsekwentnych wzorców zachowań zarówno w domu, jak i w placówce.

4. Wpływ warunków atmosferycznych na higienę dzieci

Warunki atmosferyczne mają kluczowy wpływ na higienę dzieci w żłobkach. Zmiany pogody, takie jak deszcz, wiatr czy intensywne słońce, mogą znacząco wpływać na codzienną rutynę oraz zachowanie higieniczne dzieci, które będąc w ciągłym kontakcie z rówieśnikami, są narażone na różne patogeny. Niezbędne dla ich zdrowia jest odpowiednie reagowanie na zmieniające się warunki atmosferyczne. Personel żłobka zobowiązany jest dostosowywać swoje działania do panujących warunków atmosferycznych. Należy zwrócić szczególną uwagę:

- 1) Ubiór dzieci: upewnić się, że dzieci są odpowiednio ubrane do panującej pogody, np. w chłodne dni ciepłe kurtki i szaliki, a latem lekkie ubrania i kapelusze przeciwsłoneczne.
- 2) Higiena rąk: w deszczowe dni, zwiększona wilgotność może sprzyjać rozwojowi bakterii, dlatego konieczne jest częste mycie rąk, szczególnie po zabawie na świeżym powietrzu.
- 3) Regularne dezynfekcje: W czasie epidemii, czy zwiększonego zapotrzebowania na higienę, zintensyfikowanie dezynfekcji powierzchni w sali zabaw i łazience.

Nie należy zapominać również o wpływie zewnętrznych warunków na aktywności dzieci. Na przykład, podczas upalnych dni ogranicza się czas spędzany na dworze i planuje zajęcia w pomieszczeniach, gdzie temperatury są bardziej komfortowe.

Należy także stosować zasady bezpiecznego przebywania na słońcu, takie jak:

- 1) Stosowanie filtrów przeciwsłonecznych: regularne smarowanie dzieci filtrem SPF.
- 2) Unikanie słońca w godzinach największego natężenia: Starajmy się unikać wyjść na zewnątrz między 11:00 a 15:00.

3) Picie wody- zapewnijmy dzieciom odpowiednią podaż płynów.

Podczas planowania zajęć należy pamiętać o prognozach pogody i przygotować wcześniej plany na wypadek nagłych zmian klimatycznych. Może to pomóc uniknąć nieprzyjemnych niespodzianek i zagwarantować bezpieczeństwo dzieciom.

Dbając o higienę dzieci, personel żłobka powinien także współpracować z rodzicami, informując ich o konieczności przestrzegania zasad, które są kluczowe dla zdrowia najmłodszych, niezależnie od panujących warunków atmosferycznych.

Załącznik nr V. 5.1. W przypadku wystąpienia sytuacji kryzysowej, takiej jak wykrycie zakażenia wirusowego lub bakteryjnego w grupie, należy podjąć następujące kroki:

Działanie	Czas reakcji
Izolacja chorego dziecka	Natychmiast
Informowanie rodziców	w ciągu 1 godziny
Wprowadzenie dodatkowych środków czystości	natychmiast
Przeprowadzenie dokładnej dezynfekcji	do 2 godzin

Istotne jest również ciągłe edukowanie zarówno pracowników, jak i rodziców w zakresie profilaktyki. Organizowanie szkoleń, prezentacji lub warsztatów dotyczących higieny pomoże zwiększyć świadomość problemu i podnieść standardy. Przykładowe tematy, które warto podjąć:

- 1) Jak zminimalizować ryzyko zakażeń: Proste zasady codziennej higieny.
- 2) Znaczenie mycia rąk: Kiedy i jak myć ręce, aby były skuteczne?
- 3) Dieta a układ odpornościowy: Jak odżywianie wpływa na zdrowie dzieci.

W sytuacji kryzysowej związanej z higieną, istotne jest również współdziałanie z lokalnymi służbami zdrowia. Regularne konsultacje oraz współpraca z pediatrami i sanepidem umożliwi skuteczniejsze zabezpieczenie zdrowia dzieci.

5. Wsparcie psychologiczne dla dzieci po chorobach zakaźnych

Kryzys psychologiczny dzieci po chorobach zakaźnych może objawiać się przez różne symptomy, takie jak:

- 1) niepokój - dzieci mogą wykazywać zwiększoną lękliwość lub niepokój w sytuacjach, które wcześniej były dla nich neutralne.
- 2) izolacja czyli odseparowanie się od rówieśników i zaniechanie wcześniejszych aktywności społecznych.
- 3) problemy ze snem- trudności z zasypianiem lub częste budzenie się w nocy mogą być skutkiem stresu.

Aby przeciwdziałać tym problemom, warto realizować w żłobku programy, które umożliwiają dzieciom adaptację do nowej rzeczywistości. Integracja z rówieśnikami, zajęcia artystyczne czy gry zespołowe mogą pozytywnie wpłynąć na ich samopoczucie oraz pomóc w odbudowie więzi społecznych. Istotne znaczenie ma także psychologiczne wsparcie, które jest dostępne dla dzieci w żłobku w każdym wieku. W obliczu stresu związanego z leczeniem czy hospitalizacją, zagadnienie psychologicznego wsparcia jest niezwykle istotne. W żłobku zapewniamy dzieciom przestrzeń do wyrażania ich uczuć i obaw poprzez organizowanie pomocy psychologicznej, która może przyjąć różne formy:

- 1) Indywidualne sesje terapii – czyli dedykowane spotkania z psychologiem pomagają dzieciom zrozumieć i owoić swoje emocje.
- 2) Grupowe warsztaty – interaktywne zajęcia, które umożliwiają dzieciom dzielenie się doświadczeniami w bezpiecznym środowisku.
- 3) Wsparcie dla rodziców – edukowanie opiekunów, jak rozmawiać z dziećmi o ich obawach i wspierać je w procesie zdrowienia.

Opracowanie :

Dyrektor Żłobka Gminnego w Janowcu Wielkopolskim

Elżbieta Kujawa