



Οδηγός Καλών Πρακτικών και Κατευθύνσεων, για την Ασφαλή Επαναλειτουργία των Δημοτικών Βρεφονηπιακών Σταθμών

**ΒΑΣΕΙ ΤΩΝ ΣΧΕΤΙΚΩΝ ΟΔΗΓΙΩΝ ΤΟΥ Ε.Ο.Δ.Υ. (23-5-2020),
ΤΟΥ CDC ΚΑΙ ΤΟΥ Π.Ο.Υ.**

**ΠΡΟΣΘΗΚΗ ΕΙΔΙΚΟΥ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ
«ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΙ ΜΕΤΡΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ
ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-COV-2
ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΤΩΝ Ο.Τ.Α.»**

Συγγραφική Ομάδα:

- Θανασιάς Ευθύμιος, MD, MSc, MPH, Ειδικός Ιατρός Εργασίας, Μέλος της Ε.Ε.Ι.Ε.Π.
- Μακρυνός Γεώργιος, MPH, Υγιεινολόγος-Επόπτης Δημόσιας Υγείας, Συντονιστής της Επιτροπής Υγείας και Ασφάλειας στην Εργασία της Π.Ο.Ε.-Ο.Τ.Α.
- Ντουνιάς Γεώργιος, MD, PhD, Καθηγητής Επαγγελματικής και Περιβαλλοντικής Υγείας, Τμήμα Πολιτικών Δημόσιας Υγείας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής.

ΑΘΗΝΑ - 29 ΜΑΪΟΥ 2020

1. Το εγχειρίδιο εκδίδεται υπό την επιστημονική αιγίδα της Μονάδας Φυσιοπαθολογίας της Εργασίας και Επαγγελματικών Νόσων του Τμήματος Πολιτικών Δημόσιας Υγείας και ανανεώνονται ανάλογα με την εξέλιξη της πανδημίας και τις νέες Υπουργικές Αποφάσεις.
2. Το εγχειρίδιο εκδίδεται σε επιστημονική συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Ιατρικής της Εργασίας και Περιβάλλοντος (Ε.Ε.Ι.Ε.Π.) ως εξειδίκευση της ΓΕΕΚ (28-3-2020).

Ο ιός SARS-CoV-2 μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω αναπνευστικών σταγονιδίων που αποβάλλονται μέσω βήχα ή φταρνίσματος, ή με άμεση ή έμμεση επαφή με εκκρίσεις του αναπνευστικού συστήματος (δηλαδή μέσω μολυσμένων χεριών όταν αυτά έρχονται σε επαφή με το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια ή με επιμολυσμένες επιφάνειες). Ο μέσος χρόνος επώασης της νόσου, δηλαδή το χρονικό διάστημα που μεσολαβεί μεταξύ της μόλυνσης και της εκδήλωσης των συμπτωμάτων είναι 5-6 ημέρες, ενώ κυμαίνεται από 2 έως 14 ημέρες. Τα συχνότερα συμπτώματα της λοίμωξης COVID-19 είναι: Πυρετός, Βήχας (συνήθως ξηρός αλλά μπορεί και με απόχρεμψη), δυσκολία στην αναπνοή, κρυάδες, ρίγος, μυαλγίες, κεφαλαλγία, ξαφνική απώλεια γεύσης ή όσφρησης.

Ανεξάρτητα από το επίπεδο μετάδοσης του κορωνοϊού σε μια περιοχή, κάθε Βρεφονηπιακός Σταθμός θα πρέπει να εκπονήσει ένα αναλυτικό σχέδιο για την προστασία του Προσωπικού, των Παιδιών και των Οικογενειών τους από τη διάδοση του SARS-CoV-2.

Παρόλο που, με βάση την παρούσα γνώση τα παιδιά με επιβεβαιωμένη λοίμωξη έχουν κατά κανόνα ήπια συμπτώματα, η μετάδοση συμβαίνει όπως ακριβώς και στους ενήλικες (κυρίως μέσω σταγονιδίων του αναπνευστικού τα οποία παράγονται όταν ένα μολυσμένο άτομο βήχει, φταρνίζεται ή μιλάει). Τα Νήπια και Βρέφη φτερνίζονται, βήχουν, βγάζουν σάλια, χρησιμοποιούν πάνες, μαθαίνουν να χρησιμοποιούν την τουαλέτα, αγκαλιάζουν, φιλούν, αγγίζουν τα πάντα και βάζουν αντικείμενα στο στόμα τους. Τέτοιου είδους εκκρίσεις μπορεί να περιέχουν μολυσματικούς βιολογικούς παράγοντες συμπεριλαμβανομένου του SARS-CoV-2. Είναι λοιπόν ζωτικής σημασίας η θέσπιση, κατανόηση και εφαρμογή κανόνων και υποδείξεων ώστε να παρέχονται υπηρεσίες ελαχιστοποιώντας τον κίνδυνο μετάδοσης του κορωνοϊού στους Βρεφονηπιακούς Σταθμούς.

Γενικές Οδηγίες:

- Οι Παιδικό και Βρεφονηπιακοί Σταθμοί, ανάλογα με την ηλικία των παιδιών που θα φιλοξενήσουν, διακρίνονται στις ακόλουθες κατηγορίες:
 - I. Βρεφικός Σταθμός για Βρέφη από 2 μηνών μέχρι 2,5 ετών.
 - II. Παιδικός Σταθμός για Νήπια από 2,5 ετών μέχρι την ηλικία εγγραφής τους στην υποχρεωτική εκπαίδευση (Νηπιαγωγείο).
 - III. Βρεφονηπιακός Σταθμός (Βρέφη και Νήπια μαζί).
- **Οι εγκαταστάσεις θα πρέπει να ακολουθούν απόλυτα** όλους τους ισχύοντες Κανονισμούς και Οδηγίες αναφορικά με την άδεια λειτουργία τους, τις τεχνικές προδιαγραφές και τις κατασκευαστικές διατάξεις, όπως αναφέρεται στην κείμενη Νομοθεσία (Π.Δ. 99/2017 – Φ.Ε.Κ. – ΤΕΥΧΟΣ Α' - ΑΡΙΘΜ. ΦΥΛΛΟΥ 141/8-9-2017). Επίσης οι προτεινόμενες οδηγίες του παρόντος εγχειριδίου που βασίζονται στις οδηγίες του Ε.Ο.Δ.Υ. (ΛΟΙΜΩΞΗ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΟ ΚΟΡΩΝΟΪΟ SARS-CoV-2 «COVID-19» ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΑ, ΠΑΙΔΙΚΟΥΣ ΚΑΙ ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΥΣ ΣΤΑΘΜΟΥΣ, 23-5-2020), δύνανται να συμπεριληφθούν στον Κανονισμό Λειτουργίας κάθε Βρεφονηπιακού Σταθμού καθ' όλη τη διάρκεια της πανδημίας.

- Τα Βρέφη και τα Νήπια που ανήκουν σε ευπαθείς ομάδες, προτείνεται να παραμείνουν στο σπίτι τους και να μην προσέρχονται στο Σταθμό. Τα άρρωστα Βρέφη και Νήπια καθώς και οι άρρωστοι εργαζόμενοι παραμένουν σπίτι και σε καμιά περίπτωση δεν προσέρχονται στον Βρεφονηπιακό Σταθμό.
- Προτείνεται η προαιρετική χρήση προστατευτικής μάσκας από όλο το προσωπικό των Βρεφονηπιακών Σταθμών. Η χρήση της μάσκας είναι υποχρεωτική κατά την ετοιμασία ή/και επιμέλεια φαγητού καθώς και σε συνθήκες δυσκολίας τήρησης απόστασης 1,5 μέτρου μεταξύ ενηλίκων. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί μάσκα χειρουργική ή πολλαπλών χρήσεων πλενόμενη, υφασμάτινη, καλής ποιότητας, με μεταλλικό έλασμα προσαρμογής στη μύτη. Συστήνεται να υπάρχουν τουλάχιστον 4 υφασμάτινες μάσκες ανά εργαζόμενο ώστε να μπορεί να την αλλάζει όταν μολυνθεί ή ρυπανθεί. Θα πρέπει επίσης να είναι διαθέσιμες ασπίδες προστασίας προσώπου όπου απαιτηθεί.
- Θα πρέπει να καθαρίζονται και να απολυμαίνονται συχνά όλες οι επιφάνειες που αγγίζονται συχνά.
- Σε βήχα ή φτέρνισμα, κάλυψη της μύτης και του στόματος με το μανίκι στο ύψος του αγκώνα ή με χαρτομάντιλο, απόρριψη του χρησιμοποιημένου χαρτομάντιλου στους (ποδοκίνητους) κάδους απορριμμάτων και επιμελές πλύσιμο των χεριών. Τηρείστε προσεκτικά τις οδηγίες αναπνευστικής υγιεινής με υπευθυνότητα, καθώς οι ενέργειες των Βρεφονηπιοκόμων αποτελούν πρότυπο συμπεριφοράς για τα Νήπια.
- Σε κάθε Βρεφονηπιακό Σταθμό ελαχιστοποιήστε την έκθεση μεταξύ των εργαζομένων, αλλά και μεταξύ των εργαζομένων και των γονέων/κηδεμόνων. Πρέπει να γίνουν οι απαραίτητες ρυθμίσεις ώστε τα άτομα του προσωπικού που ανήκουν σε ομάδες αυξημένου κινδύνου, με συνεργασία του προσωπικού Ιατρού τους με τον Ιατρό Εργασίας (Ι.Ε.), να αναλαμβάνουν εργασίες που έχουν πολύ χαμηλό κίνδυνο έκθεσης ή δεν απαιτούν προσέλευση στο Σχολείο (κατάλογος ομάδων αυξημένου κινδύνου: Υπουργείο Εσωτερικών, Εγκύκλιος με αριθμ. πρωτ.: ΔΙΔΑΔ/Φ.69/115/9670/18-5-2020). Για παράδειγμα σε τέτοια περίπτωση θα μπορούσε το άτομο με ευπάθεια να εργάζεται στο Γραφείο ή την Κουζίνα του Σταθμού ώστε να έχει περιορισμένη επαφή με τους συναδέλφους, με γονείς και κηδεμόνες ή με τα Νήπια και τα Βρέφη.
- Θα πρέπει να τηρείται Βιβλίο Καταγραφής των Επισκεπτών (π.χ. προμηθευτές, συντηρητές κ.λπ.) στο οποίο θα καταγράφεται το ονοματεπώνυμο, στοιχεία επικοινωνίας και το σκοπό της επίσκεψής τους στον Σταθμό. Θα πρέπει μόνο για πολύ σοβαρό λόγο, να επιτρέπεται η είσοδος στον Βρεφονηπιακό Σταθμό οποιουδήποτε δεν ανήκει στο Προσωπικό του Σταθμού. Να βεβαιώνεται ότι κανένας που νοσεί ή έχει συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού δεν εισέρχεται στο Σταθμό.
- Μεριμνήστε για την συντήρηση και την καλή λειτουργία όλων των εγκαταστάσεων που αφορούν την υγιεινή των χώρων, δώστε έμφαση στα αποχωρητήρια, στις παροχές νερού και στα ντους των αποδυτηρίων και τα λουτρά.
- Θεωρείται απαραίτητη η καλή οργάνωση των χώρων και η εξυγίανση (καθαρισμός - απολύμανση) των αποδυτηρίων, με σκοπό να δημιουργηθούν υγειονομικά ασφαλείς

χώροι που θα είναι στη διάθεση των εργαζομένων, για την αποθήκευση των ρούχων εργασίας και των προσωπικών τους αντικειμένων.

- Συνεχής λειτουργία των ανεμιστήρων των χώρων αποχωρητηρίου (WC). Στην περίπτωση όπου η λειτουργία του ανεμιστήρα είναι συνδεδεμένη με τη λειτουργία του διακόπτη φωτισμού, να αποσυνδεθεί, εφόσον αυτό είναι εφικτό.
- Διαρκής εκπαίδευση-ενημέρωση όλων των εργαζομένων. Ενημερωτικά φυλλάδια/αφίσες, ηλεκτρονική αλληλογραφία, κοινωνικά δίκτυα, θα πρέπει να επιστρατευτούν για την μεγαλύτερη δυνατή διάχυση της τεκμηριωμένης πληροφορίας.
- Μεριμνήστε για την προμήθεια και την ύπαρξη ικανού αποθέματος σε αντισηπτικά, απολυμαντικά, χαρτικά και καθαριστικά.
- Εξασφαλίστε την καλή λειτουργία του συστήματος ύδρευσης και αποχέτευσης, και φροντίστε μέσω των τεχνικών υπηρεσιών για την άμεση αποκατάσταση τυχόν βλαβών.
- Επιβεβαιώστε ότι όλοι όσοι εργάζονται στον Σταθμό, είναι πλήρως ενήμεροι για την σημασία και το σωστό τρόπο χρήσης των Μέσων Ατομικής Προστασίας (Μ.Α.Π.).
- Εκπαιδεύστε και ενημερώστε συνεχώς το προσωπικό των Βρεφονηπιακών Σταθμών. Διατηρείστε ένα Βιβλίο Εκπαιδεύσεων στο οποίο όσοι συμμετέχουν θα πρέπει να υπογράφουν ότι παρακολούθησαν την Εκπαίδευση-Ενημέρωση.
- Βεβαιωθείτε ότι όλοι κατανοούν ότι δεν προσέρχονται στον Σταθμό όταν πάσχουν από λοίμωξη του αναπνευστικού, ή έχουν συμπτώματα παρόμοια με του κορωνοϊού ή αισθάνονται αδιάθετοι.
- Κάθε άτομο (Παιδί ή Μέλος του προσωπικού) που έχει έρθει σε στενή επαφή με επιβεβαιωμένο περιστατικό COVID-19 δεν θα προσέρχεται στο Νηπιαγωγείο, τον Παιδικό ή Βρεφονηπιακό Σταθμό για δέκα (10) ημέρες μετά την τελευταία επαφή με τον ασθενή και στο διάστημα αυτό θα παρακολουθείται στενά η υγεία του για το ενδεχόμενο εμφάνισης συμπτωμάτων.
- Καθιερώστε διαδικασίες για να διασφαλίσετε ότι τα παιδιά και το προσωπικό που αρρωσταίνουν, ενώ βρίσκονται στον Βρεφονηπιακό Σταθμό, απομακρύνονται το συντομότερο δυνατό.
- Κρατήστε τα άρρωστα Νήπια, Βρέφη και το Προσωπικό ξεχωριστά από τους υγιείς, μέχρι να μπορούν να μεταφερθούν στο σπίτι.
- Οι εργαζόμενοι στο Σταθμό που νοσούν δεν θα πρέπει να επιστρέψουν στην εργασία τους, ωστόσο εκπληρώσουν όλα τα κριτήρια του Ε.Ο.Δ.Υ. για την ασφαλή επιστροφή τους στην εργασία.
- Ξεχωρίστε μια αίθουσα ή ένα άλλο διακριτό χώρο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την απομόνωση ενός άρρωστου παιδιού. Ένα πάρκο ή μια κούνια σε ένα απομονωμένο σημείο της αίθουσας θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για Βρέφη. Στις περιπτώσεις αυτές συστήνεται η επικοινωνία από την οικογένεια με ιατρό και εξατομικευμένη αξιολόγηση σχετικά με την ένδειξη εργαστηριακού ελέγχου για την ανίχνευση του ιού.
- Εάν ένα άρρωστο παιδί έχει απομονωθεί στις εγκαταστάσεις, καθαρίστε και απολυμάνετε όλες τις επιφάνειες στο χώρο απομόνωσης σύμφωνα με τις οδηγίες του Ε.Ο.Δ.Υ.

- Ακολουθήστε τις οδηγίες σχετικά με τον τρόπο καθαρισμού-απολύμανσης της κτηριακής εγκατάστασής εάν κάποιος επιβεβαιωθεί ως κρούσμα του ιού.
- Συστήνεται η πιστοποίηση τουλάχιστον ενός εργαζομένου στις παιδιατρικές Πρώτες Βοήθειες και στην Κ.Α.Α. (Κάρδιο - Αναπνευστική - Αναζωογόνηση).
- Προτείνεται ο διαχωρισμός των παιδιών σε ομάδες ανάλογα με τον αριθμό των Βρεφονηπιοκόμων. Η φροντίδα και οι καθημερινές δραστηριότητες θα πρέπει να παρέχονται από το ίδιο Βρεφονηπιοκόμο και να μην γίνονται αλλαγές στις ομάδες. Αυτό θα βοηθήσει στον περιορισμό της διασποράς του ιού σε περίπτωση που κάποιος νοσήσει και θα διευκολύνει την ιχνηλάτηση.
- Κρατήστε την κάθε ομάδα νηπίων σε ξεχωριστό χώρο.
- Περιορίστε τη μίξη των Νηπίων μεταξύ των ομάδων, όπως π.χ. στο παιχνίδι στην παιδική χαρά, και διατηρήστε τις ομάδες ξεχωριστές για ειδικές δραστηριότητες, όπως η μουσική και η άσκηση.
- Χρησιμοποιείτε ζωγραφιές, σχέδια, αυτοκόλλητα στο πάτωμα για να υποδείξετε τα σημεία που θα πρέπει να παραμένουν τα νήπια, οριοθετώντας το χώρο τους όταν πραγματοποιούνται ομαδικές δραστηριότητες. Εντάξτε το παιχνίδι στην τήρηση των αποστάσεων, ώστε αυτή η διαδικασία να γίνει διασκεδαστική και πιο εύκολα εφαρμόσιμη.
- Στην αίθουσα ύπνου Βρεφών και στην αίθουσα ύπνου Νηπίων, διαμορφώστε έτσι τη διάταξη ώστε τα κρεβατάκια να απέχουν 1,5 μέτρο μεταξύ τους. Φροντίστε ώστε κάθε Βρέφος ή Νήπιο να κοιμάται στο ίδιο κάθε φορά κρεβάτι. Τα κρεβάτια μπορούν να τοποθετούνται με διάταξη πόδια-κεφάλι, ώστε να απέχουν περισσότερο τα πρόσωπα των παιδιών. Προτείνεται το ίδιο Μέλος του Προσωπικού να φροντίζει την ίδια ομάδα παιδιών.
- Χρησιμοποιήστε κλινοσκεπάσματα (σεντόνια, μαξιλάρια, κουβέρτες, υπνόσακους) που μπορούν να πλυθούν. Οι βρεφικές κούνιες πρέπει να φέρουν ετικέτα με το όνομα κάθε παιδιού και να αποφεύγονται οι αλλαγές. Τα κλινοσκεπάσματα που έρχονται σε επαφή με τα Βρέφη, πρέπει να καθαρίζονται συχνά και υποχρεωτικά πριν από τη χρήση από άλλο Βρέφος.

Τήρηση μέτρων ατομικής και περιβαλλοντικής υγιεινής:

- Συχνό πλύσιμο χεριών με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, ειδικά μετά τη χρήση της τουαλέτας, πριν και μετά το φαγητό, μετά από φτάρνισμα ή βήχα και μετά την επαφή με απορρίμματα.
- Εναλλακτικά καθαρισμός των χεριών με αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα χεριών που να περιέχει 60-70% αιθυλική αλκοόλη.
- Καλύψτε τη μύτη και το στόμα με ένα χαρτομάντιλο σε περιπτώσεις βήχα/πταρμού (ή με τον αγκώνα και τον ώμο εάν δεν υπάρχει διαθέσιμο χαρτομάντιλο).
- Αποφυγή επαφής των χεριών με το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια.

- Η χρήση γαντιών είναι απαραίτητη, αλλά δεν υποκαθιστά το πλύσιμο των χεριών.
- Ενημερωτικές αφίσες με οδηγίες για το σωστό τρόπο πλυσίματος των χεριών, θα πρέπει να βρίσκονται δίπλα σε κάθε νιπτήρα του Σταθμού.
- Η χρήση της μάσκας μπορεί να μειώσει τη διασπορά του ιού σε περιπτώσεις στενής επαφής. Συστήνεται η εκπαίδευση των εργαζομένων στην ορθή χρήση μάσκας.
- Όλο το προσωπικό θα πρέπει να παρακολουθεί την υγεία του για πιθανή εμφάνιση συμπτωμάτων όπως βήχας, πυρετός, δύσπνοια, πονόλαιμος, μυαλγίες, αρθραλγίες, αίσθημα κόπωσης, ρίγος, ανοσμία. Κάθε Βρεφονηπιακός Σταθμός θα πρέπει να καταγράφει συστηματικά τις αναφορές για συμπτώματα συμβατά με COVID-19 σε παιδιά ή/και Μέλη του προσωπικού και να παρακολουθεί την πορεία τους.
- Ο συστηματικός και επαρκής αερισμός όλων των χώρων ανά τακτά χρονικά διαστήματα, είναι ιδιαίτερα σημαντικός.
- Συχνή και σχολαστική εφαρμογή των τυπικών εργασιών καθαρισμού, δίνοντας έμφαση στο συχνό καθαρισμό των λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, κουπαστή από σκάλες ή κιγκλίδωμα, διακόπτες κάθε είδους, βρύσες κλπ.) με κοινά καθαριστικά, δηλαδή υγρό σαπούνι και νερό, ή διάλυμα οικιακής χλωρίνης σε συγκέντρωση 0,1% (1000 ppm χλωρίου) δηλ. αραίωση 1:50 (20ml χλωρίνης ανά 1 λίτρο νερού) ή αλκοολούχο απολυμαντικό επιφανειών.
- Επιβάλλεται χρήση γαντιών μιας χρήσης και στολής εργασίας από το προσωπικό καθαριότητας. Τα γάντια μετά τη χρήση τους πρέπει να απορρίπτονται αμέσως στις πλαστικές σακούλες των κάδων απορριμμάτων και να μη γίνονται προσπάθειες καθαρισμού τους, π.χ. πλύσιμο των γαντιών μιας χρήσης και επαναχρησιμοποίησή τους
- Όλα τα παιδιά, το προσωπικό και οι εθελοντές πρέπει να εφαρμόζουν την υγιεινή των χεριών τις ακόλουθες ώρες και με το εξής τρόπο:
 1. Άφιξη στην εγκατάσταση και μετά από διαλείμματα.
 2. Πριν και μετά την προετοιμασία φαγητού ή γάλακτος ή υγρών.
 3. Πριν και μετά τη σίτιση των νηπίων ή το χειρισμό τροφίμων.
 4. Πριν και μετά τη χορήγηση φαρμάκων ή αλοιφών.
 5. Πριν και μετά την αλλαγή πάντας.
 6. Πριν και αφού χρησιμοποιήσετε το WC ή κατά την συνοδεία ενός παιδιού για να χρησιμοποιήσει το παιδικό WC.
 7. Μετά από επαφή με σωματικό υγρό (εμετός ή ούρα).
 8. Μετά το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους ή στην άμμο.
 9. Αφού χειριστείτε απορρίμματα.
 10. Πλύνετε τα χέρια με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα. Εάν τα χέρια δεν είναι ορατά βρώμικα, μπορούν να χρησιμοποιηθεί αντισηπτικό χεριών με βάση την αιθυλική ή την ισοπροπυλική αλκοόλη.

11. Εκπαιδεύστε και βοηθήστε τα Νήπια στο σωστό πλύσιμο των χεριών, συμπεριλαμβανομένων των Βρεφών που δεν μπορούν να πλένουν μόνα τους τα χέρια και ακολούθως πλύνετε εκ νέου τα χέρια σας.

Εφαρμογή σχεδίου επικοινωνίας και πληροφόρησης:

Η διαρκής ενημέρωση και επικοινωνία με τους κηδεμόνες είναι ουσιαστικής σημασίας. Όλες οι ενέργειες, ο σχεδιασμός, οι κανόνες και οι προϋποθέσεις θα πρέπει να είναι γνωστά και κατανοητά από όλους είτε είναι εργαζόμενοι, είτε είναι κηδεμόνες/συνοδοί. Συνιστάται επίσης να δοθεί έμφαση στην ενημέρωση των γονέων και κηδεμόνων για την περίπτωση που το παιδί εμφανίσει συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού στο σπίτι. Σε τέτοια περίπτωση θα πρέπει να είναι κατανοητό από όλους, πως το παιδί δεν θα προσέρχεται στον Βρεφονηπιακό Σταθμό.

Εφαρμογή στρατηγικών για τη μείωση της διασποράς του ιού:

- Αναδιαμόρφωση των χώρων με αύξηση των αποστάσεων μεταξύ των τραπεζών δραστηριοτήτων και παιχνιδιού και των παιδικών κρεβατιών, ώστε να απέχουν τουλάχιστον 1,5 μέτρο.
- Σε κάθε τραπέζι δραστηριότητας θα πρέπει να κάθονται όσο το δυνατό λιγότερα παιδιά και σύμφωνα με τις οδηγίες της Πολιτείας.
- Συστήνεται επιμερισμός των Νηπίων σε μικρότερες ομάδες με ανώτατο αριθμό τα 15 παιδιά ανά ομάδα/αίθουσα ή και ακόμη πιο μικρές εάν είναι δυνατόν. Η οργάνωση της δημιουργικής απασχόλησης να πραγματοποιείται με τη δημιουργία μικρών υποομάδων παιδιών σε κάθε αίθουσα, ώστε να διευκολύνεται η τήρηση των αποστάσεων και των μέτρων υγιεινής.
- Θα πρέπει να υπάρχει μέριμνα, ώστε να τηρούνται οι προτεινόμενες αποστάσεις μεταξύ των παιδιών. **Η μικρή αναλογία παιδιών ανά Βρεφονηπιοκόμο ή Φροντιστή μπορεί να συμβάλει ουσιαστικά σε αυτό.**
- Λάβετε σοβαρά υπόψη την τήρηση του μέγιστου αριθμού εξυπηρετούμενων Νηπίων και Βρεφών που προβλέπονται για τον κάθε Σταθμό. Σε καμιά περίπτωση δεν μπορεί να είναι αποδεκτή οποιαδήποτε υπέρβαση αυτού του αριθμού
- Είναι πολύ σημαντικό να ληφθεί έγκαιρα κάθε μέριμνα που απαιτείται, για την πλήρη στελέχωση σε προσωπικό των Βρεφονηπιακών Σταθμών. Οποιαδήποτε έλλειψη, θα επηρεάσει την ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών σε σχέση με την τήρηση των προτεινόμενων προληπτικών μέτρων
- Προτείνεται καθημερινή θερμομέτρηση όλων των παιδιών κατά την διάρκεια της μέρας. **Η προτεινόμενη διαδικασία θερμομέτρησης είναι:**

1. Καθαρίστε σχολαστικά τα χέρια σας με σαπούνι και νερό για 20 δευτερόλεπτα ή εάν δεν υπάρχει αυτή η δυνατότητα χρησιμοποιείστε κατάλληλο απολυμαντικό

2. Προτείνεται η χρήση προστατευτικής ασπίδας προσώπου ως καλή πρακτική.
3. Φορέστε γάντια μιας χρήσης. Σε περίπτωση που θερμομετρείτε πολλά Νήπια ή Βρέφη, αλλάξτε γάντια για κάθε διαφορετική θερμομέτρηση.
4. Προτείνεται η χρήση θερμομέτρων υπερύθρων για ανέπαφη θερμομέτρηση. Σε αυτή την περίπτωση προτείνεται το συχνό καθάρισμα του θερμομέτρου με μαντιλάκι που περιέχει αλκοόλη.
5. Μετά από κάθε έλεγχο, καταγράψτε ονομαστικά την θερμοκρασία και την ώρα της θερμομέτρησης.
6. Αφαιρέστε και πετάξτε τα γάντια ή και τη μάσκα σε ειδική σακούλα και τοποθετήστε την σε κάδο με καπάκι. Πλύνετε αμέσως τα χέρια σας.

Διαχείριση πιθανού κρούσματος ή επιβεβαιωμένου κρούσματος:

- Σε κάθε Νηπιαγωγείο, Παιδικό ή Βρεφονηπιακό Σταθμό προτείνεται ο ορισμός ενός υπεύθυνου για τη διαχείριση ύποπτων κρουσμάτων λοίμωξης COVID-19, με τον αναπληρωτή του.
- Ο υπεύθυνος ενημερώνει και εκπαιδεύει το προσωπικό σχετικά με την έγκαιρη αναγνώριση και τη διαχείριση ύποπτων κρουσμάτων λοίμωξης COVID-19.
- Ο υπεύθυνος του Σταθμού πρέπει να έχει ξεκάθαρες οδηγίες και γραπτή πολιτική για την γρήγορη και σωστή αντίδραση σε περίπτωση εμφάνισης κρούσματος.
- Πρέπει να έχουν δοθεί σαφείς και κατανοητές οδηγίες, ώστε εάν κάποιο Βρέφος, Νήπιο ή Εργαζόμενος εμφανίσει συμπτώματα λοίμωξης, να παραμείνει στο σπίτι του και να επικοινωνήσει με Ιατρό ή με τον Ε.Ο.Δ.Υ.
- Σε περίπτωση οξείας εμφάνισης συμπτωμάτων εντός του Σταθμού, το άτομο (Εργαζόμενος ή Νήπιο) **να απομονώνεται σε χώρο** όπου δε θα έρχεται σε επαφή με άλλα άτομα μέχρι να αποχωρήσει.
- Να ενημερώνεται ο υπεύθυνος του Σταθμού, ο Διοικητικός Προϊστάμενος και να ειδοποιείται άμεσα ο Ε.Ο.Δ.Υ., ώστε να παράσχει τις απαραίτητες οδηγίες, οι οποίες πρέπει να ακολουθούνται πιστά.
- **Ο χώρος όπου παρέμεινε το άτομο** πρέπει να καθαρίζεται και να απολυμαίνεται, μετά την αποχώρησή του, από το προσωπικό καθαριότητας σύμφωνα με τις οδηγίες του Ε.Ο.Δ.Υ.
- Απομονώστε τον χώρο που χρησιμοποιήθηκε από το άτομο που είναι άρρωστο και ανοίξτε τις εξωτερικές πόρτες και τα παράθυρα για να αυξήσετε την κυκλοφορία του αέρα σε όλους τους χώρους του Σταθμού.
- Περιμένετε έως και 24 ώρες ή όσο το δυνατόν περισσότερο πριν καθαρίσετε ή απολυμάνετε για να αφήσετε τα αναπνευστικά σταγονίδια να ηρεμήσουν πριν από τον καθαρισμό και την απολύμανση.
- Ο χώρος ή οι χώροι (π.χ. γραφεία, τουαλέτα, κοινόχρηστοι χώροι, αίθουσες, τραπεζαρία) που χρησιμοποιήθηκαν από το επιβεβαιωμένο περιστατικό με COVID-19,

πρέπει να αερίζονται με φρέσκο αέρα για τουλάχιστον 1 ώρα και μετά να ακολουθεί καθαρισμός και εφαρμογή απολυμαντικού σε όλες τις επιφάνειες και τον εξοπλισμό.

- Οι επιφάνειες καθαρίζονται με σαπούνι και νερό ή απορρυπαντικό και νερό, σύμφωνα με τις οδηγίες που αναγράφονται στη συσκευασία. Το καλό τρίψιμο είναι απαραίτητο για την απομάκρυνση των ρύπων και των μικροοργανισμών.
- Στις επιφάνειες, μετά τον καθαρισμό, το ξέβγαλμα με νερό και το στέγνωμα, ακολουθεί εφαρμογή απολυμαντικού. Το καλό τρίψιμο και ο σωστός χρόνος εφαρμογής του απολυμαντικού είναι απαραίτητα για την καταστροφή των μικροοργανισμών.
- Η τυχόν διεξαγωγή εργαστηριακού ελέγχου, θα γίνεται κατά περίπτωση και σύμφωνα με τις οδηγίες του Ε.Ο.Δ.Υ. Η επιστροφή στο Σταθμό θα γίνει μετά από την έγκριση του Ε.Ο.Δ.Υ.
- Αν και η χρήση μάσκας σε Νήπια μεγαλύτερα από 3 ετών αποτελεί μια επιλογή, αυτό γενικά καλό είναι να αποφεύγεται καθώς υπάρχουν αρκετές προϋποθέσεις για την σωστή εφαρμογή του μέτρου (καλά ανεκτή, πρόληψη κινδύνου επαφής με μάτια και πρόσωπο).
- Είναι απαραίτητη η ιατρική αξιολόγηση και όχι απλά παραμονή στο σπίτι. Σύμφωνα με την κρίση του θεράποντος ιατρού, εφόσον το παιδί εμφανίζει συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19, πρέπει να γίνει **κατά προτεραιότητα μοριακό διαγνωστικό τεστ**. Εν αναμονή του αποτελέσματος, το Νήπιο παραμένει σε απομόνωση και κατ' οίκον νοσηλεία, σε καλά αεριζόμενο δωμάτιο.
- **Αν το τεστ βγει θετικό**, άμεσα ενημερώνεται ο Βρεφονηπιακός Σταθμός και ο Ε.Ο.Δ.Υ. Ακολούθως ο Ε.Ο.Δ.Υ. θα επικοινωνήσει με τον υπεύθυνο του Βρεφονηπιακού Σταθμού για να γίνει η επιδημιολογική διερεύνηση και ιχνηλάτηση όλων των πιθανών επαφών του κρούσματος (Προσωπικού και Νηπίων κ.λπ.).
- Ακολούθως θα πρέπει να ακολουθήσει ενδελεχής καθαρισμός και τοπική εφαρμογή απολυμαντικού στις επιφάνειες των χώρων που δραστηριοποιήθηκε το κρούσμα σύμφωνα με τις οδηγίες που ακολουθούν.
- Το Βρέφος/Νήπιο ή ο ενήλικας μπορεί να επιστρέψει μετά την πάροδο τριών (3) ημερών από την υποχώρηση του πυρετού και την ύφεση των συμπτωμάτων του και την παρέλευση τουλάχιστον δέκα (10) ημερών από την έναρξη των συμπτωμάτων.
- Τα Βρέφη/Νήπια και οι Βρεφονηπιοκόμοι της ίδιας ομάδας Νηπίων θα απομακρυνθούν από τον Βρεφονηπιακό Σταθμό, με οδηγίες για στενή παρακολούθηση της υγείας τους και εφόσον δεν εκδηλώσουν κάποιο ύποπτο σύμπτωμα, θα επιστρέψουν μετά από δέκα (10) ημέρες.
- Η απομάκρυνση Βρέφους, Νηπίου ή Μέλους του προσωπικού άλλης ομάδας ή και όλου του Βρεφονηπιακού Σταθμού (αναστολή λειτουργίας), θα εξετάζεται κατά περίπτωση ανάλογα με την εκτίμηση κινδύνου που θα προκύπτει κατά την ιχνηλάτηση των επαφών.

- **Αν το τεστ βγει αρνητικό, το παιδί ή ο ενήλικας μπορεί να επιστρέψει στον Βρεφονηπιακό Σταθμό μετά την πάροδο τουλάχιστον τριών (3) ημερών από την υποχώρηση του πυρετού και την ύφεση των συμπτωμάτων του.**
- Σε περίπτωση συρροής κρουσμάτων με λοίμωξη COVID-19 (δηλαδή εμφάνιση τουλάχιστον δύο εργαστηριακά επιβεβαιωμένων κρουσμάτων λοίμωξης COVID-19 μεταξύ Μελών του προσωπικού ή Βρεφών ή Νηπίων μέσα σε διάστημα 14 ημερών), θα αναστέλλεται η λειτουργία του Βρεφονηπιακού Σταθμού για δέκα (10) ημέρες και μετά παρέλευση 24 ωρών από την διακοπή της λειτουργίας θα πρέπει να ακολουθήσει καθαρισμός και απολύμανση όλων των χώρων που δραστηριοποιήθηκαν τα κρούσματα.
- Τα Βρέφη ή τα Νήπια που νόσησαν θα επιστρέψουν στο σχολείο μετά την πάροδο τριών (3) ημερών από την υποχώρηση του πυρετού και την ύφεση των συμπτωμάτων τους και την παρέλευση τουλάχιστον δέκα (10) ημερών από την έναρξη των συμπτωμάτων.
- Τα υπόλοιπα Βρέφη ή Νήπια θα απομακρυνθούν από το Σχολείο, με οδηγίες για στενή παρακολούθηση της υγείας τους και εφόσον δεν εκδηλώσουν κάποιο ύποπτο σύμπτωμα, θα επιστρέψουν μετά από δέκα (10) ημέρες.
- Υπεύθυνος για την επιδημιολογική διερεύνηση και την ιχνηλάτηση των επαφών είναι αποκλειστικά ο Ε.Ο.Δ.Υ. ο οποίος θα πρέπει σε κάθε περίπτωση ύποπτου, πιθανού ή επιβεβαιωμένου κρούσματος να ειδοποιείται άμεσα από τον ορισμένο υπεύθυνο του Βρεφονηπιακού Σταθμού.

Αποχωρητήρια–WC:

- Πλήρης αποφυγή οποιουδήποτε συνωστισμού. Ιδανικά μόνο ένας (1) συνοδός με ένα εξυπηρετούμενο παιδί κάθε φορά.
- Να υπάρχει επάρκεια σε διαθέσιμο σαπούνι (με αυτόματο διανομέα εάν είναι δυνατό) και χειροπετσέτες μίας χρήσης.
- Να τοποθετηθούν σε εμφανή σημεία οδηγίες για την υγιεινή και το σωστό πλύσιμο των χεριών.
- Προτείνεται οι βρύσες, εάν είναι δυνατό, να ενεργοποιούνται με φωτοκύτταρο ή ποδοβαλβίδα.
- Απενεργοποίηση μηχανής στεγνώματος χεριών με αέρα (όπου υπάρχει) προς αποφυγή διασποράς μικροσταγονιδίων. Το σκούπισμα των χεριών πρέπει να γίνεται με χάρτινες χειροπετσέτες.
- Σύσταση στους χρήστες του κτιρίου να εκκενώνουν τις λεκάνες αποχωρητηρίου με κλειστό το καπάκι. Με τον τρόπο αυτό επιδιώκεται ο περιορισμός της μετάδοσης μέσω του αερολύματος από την λεκάνη κατά τη στιγμή της εκκένωσης.
- Σχολαστική καθαριότητα-απολύμανση αρκετές φορές κάθε ημέρα (συστήνεται τουλάχιστον 6). Ο χώρος θα πρέπει να επιθεωρείται συχνά και χωρίς καθυστέρηση, κάθε ακαθαρσία θα πρέπει να απομακρύνεται.

- Μετά την χρήση της τουαλέτας από κάθε παιδί, η επιφάνεια του καλύμματος της λεκάνης που έρχεται σε επαφή με το Νήπιο, θα πρέπει να καθαρίζεται με κατάλληλο απολυμαντικό, πριν τη χρήση από το επόμενο Νήπιο. Εναλλακτικά, θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί πλαστικό προστατευτικό μιας χρήσης του καλύμματος της λεκάνης, που θα αντικαθίσταται κάθε φορά.
- Συστήνεται να χρησιμοποιείται για την απολύμανση του WC, διάλυμα υποχλωριώδους νατρίου (οικιακή χλωρίνη) σε συγκέντρωση 0,1% (=1000 ppm διαθέσιμου χλωρίου) όπως αναλύεται στη συνέχεια.

Προσέλευση και αποχώρηση από τον Σταθμό:

- Εξετάστε το ενδεχόμενο διαφορετικών ωρών άφιξης και παράδοσης των παιδιών από τους κηδεμόνες τους.
- Προτείνεται στους Βρεφονηπιοκόμους να βγαίνουν έξω από την εγκατάσταση, για να παραλάβουν τα Βρέφη και τα Νήπια κατά την άφιξή τους. Ο βασικός στόχος είναι να περιοριστεί όσο το δυνατό περισσότερο η επαφή των γονέων με το προσωπικό του Σταθμού και να επιτευχθεί η τήρηση των αποστάσεων.
- Πρέπει να δημιουργηθούν «σημεία» υγιεινής χεριών στην είσοδο του σταθμού, έτσι ώστε τα Νήπια να μπορούν να καθαρίζουν τα χέρια τους πριν μπουν. Εάν δεν υπάρχει νιπτήρας με σαπούνι και νερό, χρησιμοποιήστε απολυμαντικό χεριών τουλάχιστον 60% περιεκτικότητας σε αιθυλική ή ισοπροπυλική αλκοόλη και επιβλέψτε τη χρήση του από τα Νήπια.
- Προτείνεται ο ίδιος γονέας ή κηδεμόνας να φέρνει και να παίρνει πίσω το Βρέφος ή Νήπιο, τα πλήρη στοιχεία του οποίου θα είναι γνωστά στην Διεύθυνση του Βρεφονηπιακού Σταθμού.
- Εάν είναι δυνατόν, ηλικιωμένα άτομα όπως παππούδες και γιαγιάδες ή άτομα με σοβαρές υποκείμενες ιατρικές παθήσεις θα πρέπει να αποφεύγεται να παραλαμβάνουν τα παιδιά, επειδή διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο για νόσηση από την COVID-19.
- Ζητήστε από τους Γονείς/Κηδεμόνες να θερμομετρούν το παιδί τους, είτε πριν έρθουν στην εγκατάσταση είτε κατά την άφιξή τους στην εγκατάσταση.
- Κατά την άφιξή τους, σταθείτε τουλάχιστον δυο (2) μέτρα μακριά από τον γονέα/κηδεμόνα και εάν αυτό δεν είναι εφικτό το προσωπικό υποδοχής θα πρέπει να φοράει πάντα χειρουργική ή υφασμάτινη μάσκα.
- Κατά την άφιξη των Νηπίων πλύνετε τα χέρια σας και φορέστε μια μάσκα προσώπου, και ένα ζευγάρι γάντια μίας χρήσης.
- Ζητήστε από τον γονέα/κηδεμόνα να επιβεβαιώσει ότι το Βρέφος ή Νήπιο δεν έχει πυρετό, δύσπνοια ή βήχα.
- Κάντε μια οπτική επιθεώρηση του Βρέφους ή Νηπίου, για σημεία ασθένειας που θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν ωχρότητα, γρήγορη αναπνοή ή δυσκολία στην αναπνοή (χωρίς πρόσφατη σωματική δραστηριότητα), κόπωση ή υπερδιέγερση.

- Πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό. Εάν το σαπούνι και το νερό δεν είναι άμεσα διαθέσιμα, χρησιμοποιήστε αντισηπτικό χεριών με βάση το αλκοόλ (τουλάχιστον 60 % αλκοόλη).
- Θυμηθείτε να επιβλέπετε τα Νήπια όταν χρησιμοποιούν αντισηπτικό χεριών, για να αποτρέψετε την κατάποση του προϊόντος.

Παιχνίδια-Δραστηριότητες-Παιδικές Χαρές:

- Συστήνεται το πλύσιμο όλων των παιχνιδιών μετά τη χρήση τους, είτε είναι πλαστικά είτε είναι λούτρινα. Απομακρύνετε από την εγκατάσταση κάθε παιχνίδι ή αντικείμενο που χρησιμοποιείται από τα παιδιά που δεν μπορεί να πλυθεί.
- Τα παιδιά θα πρέπει να παρακολουθούνται στενά για να αποφευχθεί να βάζουν στο στόμα μολυσμένα παιχνίδια και κυρίως παιχνίδια που έχουν βάλει στο στόμα άλλα παιδιά. Η προσεκτική επιστάσια των Βρεφονηπιοκόμων είναι ιδιαίτερα σημαντική για την πρόληψη μετάδοσης του κορωνοϊού με αυτό τον τρόπο.
- Τα παιχνίδια που έχουν τοποθετήσει τα παιδιά στο στόμα τους ή που έχουν μολυνθεί με άλλο τρόπο από εκκρίσεις του σώματος, θα πρέπει να απομακρυνθούν μέχρι να καθαριστούν με το χέρι από άτομο που φοράει γάντια με νερό και απορρυπαντικό και κατόπιν να ακολουθεί εφαρμογή απολυμαντικού (αλκοολούχο διάλυμα 70- 90%, μαντιλάκι εμποτισμένο με αιθυλική αλκοόλη 70%).
- Ο καθαρισμός γίνεται με νερό και απορρυπαντικό και ακολουθεί ξέπλυμα και στέγνωμα. Μπορείτε επίσης να καθαρίσετε τα παιχνίδια στο πλυντήριο πιάτων. Λάβετε ιδιαίτερα υπόψη σας τα αντικείμενα που είναι πιο πιθανό να τοποθετηθούν στο στόμα ενός Νηπίου, καθώς πρέπει οπωσδήποτε να πλυθούν πριν χρησιμοποιηθούν από άλλο Νήπιο. Κατόπιν μπορεί να γίνεται εφαρμογή απολυμαντικού.
- Ως απολυμαντικό μπορεί να χρησιμοποιείται αλκοολούχο διάλυμα 70- 90%, μαντιλάκι εμποτισμένο με αιθυλική αλκοόλη 70% ή άλλο απολυμαντικό με εγκεκριμένη από τον Ε.Ο.Φ. μικροβιοκτόνο/ιοκτόνο δράση, λαμβάνοντας υπόψη και τη συμβατότητά του με το υλικό κατασκευής των παιχνιδιών. Στις περιπτώσεις χρήσης απολυμαντικού χρειάζεται ξέβγαλμα με νερό και στέγνωμα πριν τη χρήση των παιχνιδιών/αντικειμένων από τα παιδιά.
- **Μην χρησιμοποιείτε μπλε φωτιστικό οινόπνευμα.**
- Μην μοιράζετε παιχνίδια σε άλλες ομάδες Βρεφών ή Νηπίων, εκτός εάν πλένονται και απολυμαίνονται πριν μετακινηθούν από τη μία ομάδα στην άλλη.
- Τα παιχνίδια που πρέπει να καθαριστούν τοποθετήστε τα σε μια λεκάνη με σαπουνόνερο ή άλλο περιέκτη με την ένδειξη «λερωμένα παιχνίδια», και κρατήστε τη μακριά από παιδιά.
- Η χρήση πλυντηρίου πιάτων είναι μια αποδεκτή προσέγγιση εξοικονόμησης πόρων για τον αποτελεσματικό καθαρισμό πλαστικών παιχνιδιών, αρκεί το πλυντήριο να μην πλένει ταυτόχρονα πιάτα και μαχαιροπήρουνα.

- Τα χάρτινα παιδικά βιβλία, όπως και άλλα υλικά από χαρτί, δεν χρειάζονται ειδικό καθαρισμό ή εφαρμογή απολυμαντικού. Παρόλο που δεν θεωρούνται υψηλού κινδύνου μετάδοσης θα πρέπει να αποφεύγονται και στη θέση τους να προτιμώνται πλαστικοποιημένα βιβλία ή παραμύθια που να μπορούν να καθαριστούν χωρίς να καταστραφούν.
- Προτείνεται τα στυλό, τα μολύβια, οι μαρκαδόροι να καθαρίζονται με μαντιλάκια που περιέχουν αλκοόλη μετά από κάθε χρήση.
- Η χρήση των εξωτερικών χώρων παιχνιδιού θα πρέπει να γίνεται με ιδιαίτερη προσοχή. Όποτε οι εξωτερικές κλιματολογικές συνθήκες είναι κατάλληλες, τα παιδιά μπορεί να παίζουν υπό αυστηρή επίβλεψη (και σε πολύ μικρές ομάδες κάθε φορά) από τους Βρεφονηπιοκόμους, ώστε ανάλογα με την ωφέλιμη επιφάνεια του παιχνιδιού, να αποφεύγεται ο συνωστισμός. Θα πρέπει να καταβάλλεται προσπάθεια τήρησης των αποστάσεων ασφαλείας μεταξύ των παιδιών. Οι επιβλέποντες προτείνεται να φορούν υφασμάτινη μάσκα.
- Συστήνεται να καταβάλλεται προσπάθεια για τη βέλτιστη αξιοποίηση των εξωτερικών χώρων για δραστηριότητες και παιχνίδι, καθώς αυτό θα βοηθήσει σημαντικά στην αποσυμφόρηση των εσωτερικών χώρων του Βρεφονηπιακού Σταθμού.
- Το παιχνίδι σε εξωτερικές παιδικές χαρές θα προγραμματίζεται κατά ομάδες, όπως ακριβώς και το παιχνίδι και οι δραστηριότητες στον εσωτερικό χώρο.
- Μετά το παιχνίδι της μιας ομάδας θα πρέπει να ακολουθεί καθαρισμός-απολύμανση των επιφανειών που αγγίζονται, με κατάλληλο καθαριστικό και απολυμαντικό.

Αλλαγή Πάνας:

Κατά την αλλαγή πάνας, πλύνετε τα χέρια σας και πλύνετε τα χέρια του παιδιού πριν ξεκινήσετε να φορέσετε γάντια. Τα βήματα της διαδικασίας αλλαγής πάνας περιλαμβάνουν:

1. Πλύνετε τα χέρια σας.
2. Φορέστε γάντια.
3. Προτείνεται η χρήση προστατευτικής ασπίδας προσώπου ως καλή πρακτική.
4. Καθαρίστε σχολαστικά τις ακαθαρσίες από το παιδί.
5. Απομακρύνετε με ασφάλεια λερωμένες πάνες και χρησιμοποιημένα μαντηλάκια.
6. Αντικαταστήστε την πάνα.
7. Πλύνετε τα χέρια του παιδιού.
8. Καθαρίστε το σταθμό αλλαγής πάνας.
9. Αφαιρέστε τα γάντια σας.
10. Πλύνετε τα χέρια σας.
11. Απολυμάνετε την περιοχή αλλαγής της πάνας με κατάλληλο και εγκεκριμένο απολυμαντικό.
12. Εάν η επιφάνεια είναι βρώμικη, πρέπει να καθαριστεί πρώτα με απορρυπαντικό ή σαπούνι και νερό πριν από την απολύμανση.

13. Η λερωμένη πάνα κλείνει προσεκτικά και με ασφάλεια για να μην διαχυθούν εκτός τα περιεχόμενα της και ακολούθως πρέπει να τοποθετηθεί σε μια πλαστική σακούλα που θα κλείνει καλά και θα απορρίπτεται κατάλληλα.

Πλύσιμο, Σίτιση, Αγκαλιά:

- Είναι σημαντικό να παρηγορήσετε για το κλάμα, το ανήσυχο Βρέφος και τα μικρά παιδιά. Σε αυτή την περίπτωση είναι απαραίτητη η αγκαλιά και το κράτημα του παιδιού.
- Οι Βρεφονηπιοκόμοι μπορούν να προστατευτούν φορώντας νοσηλευτική ποδιά μιας χρήσης ολόσωμη και σκούφο. Σε περίπτωση που εκκρίσεις του παιδιού λερώσουν τα ρούχα τους, οι Βρεφονηπιοκόμοι πρέπει να πλένουν τα χέρια, το λαιμό τους και οπουδήποτε ήρθαν σε επαφή με τις εκκρίσεις ενός παιδιού. Ακολούθως συνίσταται να αλλάζουν τα ρούχα τους.
- Τα μολυσμένα ρούχα πρέπει να τοποθετούνται σε πλαστική σακούλα ή να πλένονται σε πλυντήριο ρούχων.
- Οι Βρεφονηπιοκόμοι θα πρέπει να αλλάζουν τα ρούχα του παιδιού εάν σωματικές εκκρίσεις ή εμετός έχει λερώσει τα ρούχα και να πλύνουν ξανά τα χέρια τους.
- Τα Βρέφη, τα Νήπια και οι Βρεφονηπιοκόμοι θα πρέπει να έχουν αρκετές αλλαξιές ρούχων στον Βρεφονηπιακό Σταθμό.

Προετοιμασία φαγητού και υπηρεσία γεύματος:

Οι Βρεφονηπιοκόμοι πρέπει να πλένουν τα χέρια τους πριν και μετά το χειρισμό βρεφικών μπουκαλιών που έχουν προετοιμαστεί στο σπίτι ή προετοιμάζονται στην εγκατάσταση. Τα μπουκάλια, τα πώματα μπουκαλιών, οι θηλές και ο υπόλοιπος εξοπλισμός που χρησιμοποιούνται για τη σίτιση, πρέπει να καθαρίζονται σχολαστικά μετά από κάθε χρήση, πλένοντας τα σε πλυντήριο πιάτων ή πλένοντας τα με βούρτσα, σαπούνι και νερό.

- Κάθε παιδί θα χρησιμοποιεί αποκλειστικά τα δικά του σκεύη σερβιρίσματος.
- Απαγορεύεται τα παιδιά να πίνουν νερό απευθείας από τη βρύση με το στόμα, καθώς και να χρησιμοποιούν κοινά σκεύη όπως ποτήρια και μπουκάλια.
- Η προετοιμασία φαγητού δεν πρέπει να γίνεται από το ίδιο προσωπικό που αλλάζει τις πάνες.
- Τα συστήματα πλύσης και οι πάγκοι που χρησιμοποιούνται για την παρασκευή τροφίμων δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται για άλλους σκοπούς.
- Οι Βρεφονηπιοκόμοι πρέπει να διασφαλίζουν ότι τα παιδιά πλένουν τα χέρια τους πριν και αμέσως μετά το φαγητό.
- Συστήνεται το σερβίρισμα του φαγητού να το κάνει ένα άτομο. Κατά προτίμηση, το ίδιο κάθε φορά.
- Συστήνεται να μην υπερβαίνουν τα τρία (3) Νήπια ανά τραπέζι κατά το γεύμα και θα πρέπει να καταβάλλεται προσπάθεια για την τήρηση των αποστάσεων κατά την ώρα του φαγητού.

- Ο προγραμματισμός του γεύματος, εκ περιτροπής σε ομάδες, θα πρέπει να γίνεται κατά τέτοιο τρόπο ώστε να αποφεύγεται ο συνωστισμός στα τραπέζια των Νηπίων.
- Το προσωπικό θα πρέπει να πλένει τα χέρια του τόσο πριν τη προετοιμασία του φαγητού όσο και μετά το γεύμα.

Γραφεία Βρεφονηπιοκόμων-Εργαζομένων:

- Αποφυγή κοινής χρήσης αντικειμένων. Ο κάθε εργαζόμενος θα χρησιμοποιεί το δικό του γραφείο, κάθισμα, ηλεκτρονικό υπολογιστή, γραφική ύλη.
- Συχνός αερισμός των χώρων.
- Επιβάλλεται σχολαστική καθημερινή εξυγίανση των χώρων και των επιφανειών.
- Ενθάρρυνση της ατομικής ευθύνης για την καθαριότητα και απολύμανση του ατομικού χώρου εργασίας. Για το λόγο αυτό θα πρέπει να παρέχονται όλα τα μέσα που χρειάζονται, όπως αλκοολούχα μαντηλάκια για απολύμανση επιφανειών.
- Τοποθέτηση αντισηπτικών διαλυμάτων στην είσοδο των γραφείων.
- Αναγραφή για υπόμνηση των κανόνων υγιεινής συμπεριφοράς σε κατάλληλα σημεία μέσα στον Βρεφονηπιακό Σταθμό.
- Συχνός καθαρισμός όλων των αντικειμένων που αγγίζονται στο χώρο των Βρεφονηπιοκόμων (τηλεκοντρόλ, συσκευές κατάδειξης, φωτοτυπικά, ερμάρια, φωριαμοί, πάγκοι εργασίας, υποβραχιόνια καθισμάτων κ.λπ.).

Καθαριότητα των χώρων του Σταθμού:

- Ο καθαρισμός των επιφανειών με σαπούνι και νερό ή απορρυπαντικό και νερό απομακρύνει τους ρύπους και τους μικροοργανισμούς από τις επιφάνειες. Η εφαρμογή απολυμαντικών καταστρέφει τους εναπομείναντες μικροοργανισμούς που έχουν επιμολύνει επιφάνειες και αντικείμενα, μειώνοντας ακόμα περαιτέρω τον κίνδυνο διασποράς του ιού.
- Οι διαδικασίες καθαρισμού πρέπει να λαμβάνουν χώρα πριν την απολύμανση.
- Ο καθαρισμός μοκετών και πατωμάτων με τη χρήση ηλεκτρικής σκούπας, ενέχει τον κίνδυνο της διασποράς παθογόνων μικροοργανισμών στο χώρο. Προτείνεται μόνο χρήση ηλεκτρικής σκούπας με φίλτρο HEPA. Εναλλακτικά συστήνεται καθαρισμός με ξηρό ατμό.
- Μοκέτες και πορώδη υλικά (χαλιά, υφασμάτινα καθίσματα) πρέπει να καθαρίζονται και να πλένονται επιμελώς και τακτικά. Σε πολυσύχναστους χώρους μπορεί να εξεταστεί και η απομάκρυνση τους.
- Ο καθαρισμός των επιφανειών, πρέπει να γίνεται με χρήση κατάλληλων απορρυπαντικών (σαπούνια και λοιπά καθαριστικά) διαλυμένων σε χλιαρό νερό, σύμφωνα με τις οδηγίες που αναγράφονται στη συσκευασία τους. Μετά τον καθαρισμό με κατάλληλο απορρυπαντικό, πρέπει να ακολουθήσει το ξέβγαλμα με νερό

και το στέγνωμα, προκειμένου να ακολουθήσει η απολύμανση με χρήση κατάλληλου κι εγκεκριμένου απολυμαντικού με ιοκτόνο δράση (συμπεριλαμβανομένων και των κορονοϊών).

- Τονίζεται ότι το καλό τρίψιμο των επιφανειών είναι αποτελεσματικό για την απομάκρυνση ρύπων και μικροοργανισμών.
- Οι επιφάνειες δεν θα πρέπει να αγγίζονται μέχρι να στεγνώσουν από τις εργασίες εξυγίανσης (καθαρισμός - απολύμανση).
- Ο καθαρισμός και η εφαρμογή απολυμαντικού θα πρέπει να γίνεται και στον εξοπλισμό καθαριότητας (κάδοι, σφουγγαρίστρες), μετά το πέρας των ανωτέρω εργασιών.
- Συνιστάται η χρήση ξεχωριστού εξοπλισμού καθαριότητας για τα WC-Λουτρά και υπόλοιπους χώρους (γραφεία, διάδρομοι, αίθουσες). Επίσης όπου είναι εύκολο τα μέσα καθαρισμού (π.χ. πανιά καθαριότητας) να είναι μιας χρήσης.
- Τα προϊόντα καθαρισμού και απολύμανσης πρέπει να φυλάσσονται σε ειδικό χώρο και μακριά από τα Νήπια.
- Για τη διάλυση των απολυμαντικών (π.χ. χλωρίνης), θα χρησιμοποιείται κρύο νερό για την αποφυγή ανεπιθύμητων αναθυμιάσεων.
- Συνιστάται η εφαρμογή φρέσκου απολυμαντικού διαλύματος υποχλωριώδους νατρίου (οικιακή χλωρίνη) σε συγκέντρωση 0,1% (1000ppm διαθέσιμου χλωρίου) ήτοι αραίωση 1:50 (20ml:1000ml) με διάρκεια επαφής ενός λεπτού (1'), όταν η αρχική συγκέντρωση της χλωρίνης είναι 5%. Αντίστοιχα η τελική συγκέντρωση 0,5% (5000 ppm διαθέσιμου χλωρίου) επιτυγχάνεται με αραίωση 1:10 (100ml:1000ml). Εναλλακτικά μπορούν να χρησιμοποιηθούν (ιδιαίτερα για επιφάνειες που μπορούν να καταστραφούν από τη χρήση υποχλωριώδους νατρίου) αλκοολούχα διαλύματα με βάση την αιθανόλη σε συγκέντρωση 70-90% για τουλάχιστον 1 λεπτό, ή υπεροξείδιο του υδρογόνου 0,5% ή άλλο απολυμαντικό σκεύασμα ,εγκεκριμένο από τον Ε.Ο.Φ., με αποδεδειγμένη δράση κατά των έλυτροφόρων ιών και σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή και την Εθνική Νομοθεσία όσον αφορά την αποτελεσματική και ασφαλή χρήση του προϊόντος. Επισημαίνεται πως πρέπει να γίνει έλεγχος ώστε να μην έχει παρέλθει η ημερομηνία λήξης του προϊόντος, ενώ δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στην αποφυγή ανάμειξης καθαριστικών και απολυμαντικών, εκτός αν οι ετικέτες υποδεικνύουν ότι ο συνδυασμός τους ενδείκνυται.
- Ο εξοπλισμός καθαρισμού όπου αυτό είναι εφικτό συνιστάται να είναι μιας χρήσεως (π.χ. πανιά καθαριότητας). Ο εξοπλισμός καθαριότητας που είναι πολλαπλών χρήσεων (π.χ. κάδοι σφουγγαρίσματος, σφουγγαρίστρες) πρέπει να καθαρίζεται και να γίνεται εφαρμογή απολυμαντικού μετά από κάθε χρήση.
- Συνιστάται η χρήση ξεχωριστού εξοπλισμού καθαριότητας για τα WC και τους υπόλοιπους χώρους.
- Κατά τη διάρκεια των εργασιών της μεθόδου «καθαρισμού-απολύμανσης» πρέπει να αποφεύγεται ο ψεκάσμος και το πιτσιλίσμα (splashing).

- Μετά τον καθαρισμό και την απόρριψη του εξοπλισμού ατομικής προστασίας πρέπει πάντα να ακολουθεί η υγιεινή των χεριών (πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού για 20 δευτερόλεπτα).
- Το προσωπικό καθαριότητας θα πρέπει να αλλάζει τακτικά τα γάντια. Μετά την αφαίρεση γαντιών θα πρέπει να ακολουθεί η υγιεινή των χεριών και αφού τα χέρια στεγνώσουν καλά, να χρησιμοποιείται νέο ζευγάρι γαντιών.
- Πρόσθετος εξοπλισμός ατομικής προστασίας (μάσκα, προστατευτικά γυαλιά, αδιάβροχη ποδιά, ή υγροαπωθητική ρόμπα με μακριά μανίκια και επιπρόσθετα πλαστική ποδιά) δύναται να χρησιμοποιηθεί κατά την παρασκευή διαλυμάτων (ιδιαίτερα στον κίνδυνο από πιτσιλίσμα), ανάλογα με τα καθαριστικά-απολυμαντικά και την φύση των εργασιών, για την προστασία του προσωπικού καθαριότητας.
- Τα απορρίμματα που παράγονται κατά τη διάρκεια καθαρισμού, θα πρέπει να απορρίπτονται σε ξεχωριστή σακούλα η οποία να απορρίπτεται στους πράσινους κάδους απορριμμάτων.
- Το διάλυμα χλωρίνης παρασκευάζεται πριν την χρήση και όχι από προηγούμενες ημέρες.
- Η δράση της αιθανόλης οφείλεται στην καταστροφή της μεμβράνης των μικροβίων με τη μετουσίωση (αλλαγή) των πρωτεϊνών τους. Η αιθανόλη είναι δραστική όταν είναι υδατικό διάλυμα καθόσον η μετουσίωση των πρωτεϊνών δεν επιτυγχάνεται σε απουσία νερού. Το πιο δραστικό διάλυμα είναι περιεκτικότητας 70 %, που καταστρέφει τα βακτήρια, το μυκοβακτηρίδιο της φυματίωσης τους μύκητες, ιούς της γρίπης, του απλού έρπητα, του HIV και του SARS-CoV-2. Η αιθανόλη για να είναι αποτελεσματική απαιτείται χρόνος επαφής τουλάχιστον ενός λεπτού.
- Φροντίζουμε όλες οι επιφάνειες να περαστούν με το απολυμαντικό και το οποίο πρέπει να παραμείνει σε αυτές σύμφωνα τον απαιτούμενο χρόνο επαφής. Για επιφάνειες που έχουν επιμολυνθεί απαιτούνται 100 ml οικιακής χλωρίνης (περιεκτικότητας 5.25% σε υποχλωριώδες νάτριο) σε 1 λίτρο νερό. Απαιτούμενος χρόνος δράσης 10 λεπτά. Μετά τον απαιτούμενο χρόνο δράσης, οι επιφάνειες καθαρίζονται εκ νέου με νερό ώστε να απομακρυνθεί η χλωρίνη.
- Στην περίπτωση που κάποια αντικείμενα δεν μπορούν να καθαριστούν ή/και απολυμανθούν όπως περιγράφεται παραπάνω όπως π.χ. έπιπλα επικαλυμμένα με ταπετσαρία ή στρώματα, μπορεί να ακολουθηθεί μέθοδος καθαρισμού με ατμό.
- Αντικείμενα όπως κουρτίνες, σκίαστρα θα πρέπει να πλένονται στο πλυντήριο με κοινό οικιακό απορρυπαντικό σε υψηλή θερμοκρασία (60°C – 90°C) και να στεγνώνονται επαρκώς. Εναλλακτικά συστήνεται τακτικός ατμοκαθαρισμός (θερμοκρασία > 70°).
- Εφόσον χρησιμοποιηθεί προστατευτικός εξοπλισμός (Μ.Α.Π.) που δεν είναι μίας χρήσης, επιβάλλεται η απολύμανσή του με τα κατάλληλα απολυμαντικά (π.χ. υποχλωριώδες νάτριο ή 70% αιθανόλη) μετά από κάθε χρήση. Στην περίπτωση που χρησιμοποιηθούν άλλα απολυμαντικά, πρέπει να ακολουθούνται οι οδηγίες του κατασκευαστή.

- Δεν ενδείκνυται η απολύμανση με ψεκασμό ή εκνέφωση των εσωτερικών ή εξωτερικών χώρων, σύμφωνα και με τις συστάσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (Π.Ο.Υ.).
- Κατά τη χρήση καθαριστικών και απολυμαντικών, το προσωπικό καθαριότητας πρέπει να αποφεύγει την εισπνοή τους και την άμεση επαφή με το δέρμα, με τη χρήση γαντιών και το πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα.
- Η παρασκευή των απολυμαντικών (π.χ. αραίωση χλωρίνης κ.λπ.) πρέπει να γίνεται σε χώρο που αερίζεται καλά, και κατ' αυτήν το προσωπικό πρέπει να φορά ελαστικά γάντια, αδιάβροχη ποδιά (ή υγροαπωθητική ρόμπα με μακριά μανίκια και επιπρόσθετα πλαστική ποδιά) και κλειστά παπούτσια για προστασία από τα χημικά που περιέχονται. Η χρήση προστατευτικών γυαλιών και μάσκας μπορεί να είναι επίσης απαραίτητα εάν υπάρχει κίνδυνος πιτσιλίσματος.
- Ο προαύλιος χώρος καθαρίζεται με σαπούνι και νερό ή κοινά απορρυπαντικά και νερό.

Κλιματισμός-Αερισμός:

- Αποφύγετε τη χρήση κλιματιστικών και διασφαλίστε το σχολαστικό καθαρισμό των φίλτρων τους σε εβδομαδιαία βάση. Προτείνεται η χρήση του φυσικού αερισμού όλων των χώρων ανά τακτά χρονικά διαστήματα με ανοιχτά παράθυρα και πόρτες κατά τέτοιο τρόπο που δεν θα υπάρχει κανένας κίνδυνος για την ασφάλεια των Νηπίων.
- Επιθεωρείστε το Μητρώο Συντήρησης των Κλιματιστικών. Σε περίπτωση κεντρικού κλιματισμού ακολουθείστε πιστά τις οδηγίες όπως έχουν προαναφερθεί για τον κλιματισμό και τον εξαερισμό σύμφωνα με τη σχετική εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας (ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΥΓΕΙΑΣ: Αριθμ. Πρωτ.: Δ1(δ)/ ΓΠ οικ.26635/23-4-2020).
- Οι μονάδες οικιακού τύπου (split units) όπου είναι εφικτό, να τίθενται ομοίως εκτός λειτουργίας ή όταν αυτό δεν είναι εφικτό να τίθενται σε συνεχή λειτουργία 24/7 με παράλληλη λειτουργία φυσικού αερισμού.
- Ρύθμιση του εξαερισμού στην ταχύτητα που υποδεικνύεται από τον κατασκευαστή τουλάχιστον δυο (2) ώρες πριν από το χρόνο χρήσης του κτιρίου και αλλαγή σε χαμηλότερη ταχύτητα δυο (2) ώρες μετά το χρόνο χρήσης του κτιρίου.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ:

1. **CDC-Guidance for Child Care Programs that Remain Open**
2. **<https://eody.gov.gr/neoskoronoios-covid-19-odigies-gia-frontida-yoptoy-kroysmatos-sto-spiti/>**
3. **<https://www.who.int/publications-detail/cleaning-and-disinfectionof-environmental-surfaces-inthe-context-of-covid-19>**
4. **<https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/03/PPEdonning-doffing.pdf>**
5. **<https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/03/covid-19-maskas.pdf>**
6. **<https://eody.gov.gr/covid-19-odigies-gia-ti-chrisi-maskas-apo-to-koino/>**
7. **<https://www.aade.gr/sites/default/files/2020-05/egkr9670-18052020.pdf>**