



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΑΠΟΚΕΝΤΡΩΜΕΝΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ  
ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ, ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΚΑΙ  
ΙΟΝΙΟΥ  
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗΣ  
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ  
ΤΜΗΜΑ ΤΟΠΙΚΗΣ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ  
ΝΟΜΙΚΩΝ ΠΡΟΣΩΠΩΝ ΤΡΙΠΟΛΗΣ**

Τρίπολη 24-3-2014  
Αριθ. Πρωτ.20301/1538

Ταχ.Δ/ση : Γεωργίου Α' 17-21  
Ταχ.Κώδικας: 22100 Τρίπολη  
Πληροφορίες: Κλεονίκη Πίτσα  
Τηλέφωνο: 2710 - 224409  
Fax: 2710 - 227745  
e-mail: [k.pitsa@1747.svzefxis.gov.gr](mailto:k.pitsa@1747.svzefxis.gov.gr)

**ΠΡΟΣ:**

1. Περιφέρεια Πελοποννήσου
2. Δήμος της Περιφέρειας Πελοποννήσου
3. Ν.Π.Δ.Δ. Περιφέρειας Πελοποννήσου

**ΕΣΩΤ.ΔΙΑΝ: (1)**

**Θέμα:** Κανόνες υγιεινής για την πρόληψη μετάδοσης λοιμώξεων στους χώρους των βρεφικών, βρεφονηπιακών, παιδικών σταθμών, δημοσίων και ιδιωτικών

Σας κοινοποιούμε την αριθμ.Υ1/Γ.Π.οικ.15903/17-2-2014 εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας/Γενική Δ/ση Δημόσιας Υγείας/Δ/ση Δημόσιας Υγιεινής/Δ/ση Υγειονομικής Μηχανικής & Υγιεινής Περιβάλλοντος που αναφέρεται στο αντικείμενο του θέματος για ενημέρωσή σας.

Με εντολή  
Γ.Γ.Α.Δ.Π.Δ.Ε. & Ι.  
Ο Προϊστάμενος  
κ.α.α

Δήμητρα Τσίτσου

Γ ΤΑΚ' ΝΠ

14-3-14

ΑΔΑ: ΒΙΕ40-ΔΙΜ

20302/1538



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ  
Δ/ΝΣΗ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗΣ ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ  
& ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

Πληροφορίες : Καλύβα Φ., Τσαλίκογλου Φ.,  
Χερυκελετζάκη Μ.,  
Λαζαρίδου Σ.  
Ταχ. Δ/ση : Αριστοτέλους 19  
Ταχ. Κώδικας : 104 38 Αθήνα  
Τηλ. : 2132161326, 2132161324  
2132161346, 2132161352  
FAX : 210-5237384  
Email : ddy@yyka.gov.gr

ΑΝΑΡΤΗΤΕΑ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Αθήνα 17/2/2014  
Αριθ. Πρωτ. Υ1/Γ.Π.οικ. 15903

ΠΡΟΣ : ΑΠΟΔΕΚΤΕΣ ΩΣ Ο  
ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ

Αριθ. Πρωτ.	25861/1098
Ημερομ.	26-2-14

Εγκύκλιος

**ΘΕΜΑ :** «Κανόνες υγιεινής για την πρόληψη μετάδοσης λοιμώξεων στους χώρους των βρεφικών, βρεφονηπιακών, παιδικών σταθμών, δημόσιων και ιδιωτικών»

Σχετ.

1. Η υπ' αρ. Π1β/οικ. 116847/2002 Υπουργική Απόφαση (ΦΕΚ τ. Β' 1519), «Προϋποθέσεις ίδρυσης και λειτουργίας Βρεφονηπιακών Σταθμών Ολοκληρωμένης Φροντίδας από Δημοτικές Επιχειρήσεις του άρθρου 277 και επόμενα του Δημοτικού και Κοινοτικού Κώδικα (Δ.Κ.Κ.), Διαδημοτικές Επιχειρήσεις, Ενώσεις Δημοτικών Επιχειρήσεων και φορείς ιδιωτικού δικαίου μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα.»

2. Η υπ' αρ. Π2β/οικ. 2808/1997 Υπουργική Απόφαση (ΦΕΚ τ. Β' 645), «Προϋποθέσεις ίδρυσης και λειτουργίας Μονάδων Φροντίδας Προσχολικής Αγωγής και Διαπαιδαγώγησης (Βρεφικών- Παιδικών- Βρεφονηπιακών Σταθμών, Μονάδων Φύλαξης βρεφών και νηπίων) από φορείς Ιδιωτικού Δικαίου, κερδοσκοπικού και μη χαρακτήρα.» όπως αυτή τροποποιήθηκε και ισχύει σήμερα.

3. Η υπ' αρ. 16065/2002 Υπουργική Απόφαση (ΦΕΚ τ. Β' 497), «Πρότυπος Κανονισμός Λειτουργίας Δημοτικών και Κοινοτικών Νορικών Προσώπων Δημοσίου Δικαίου Παιδικών και Βρεφονηπιακών Σταθμών».

4. Η με αριθμ. Πρωτ. Υ1γ/Γ.Π./οικ. 96967/2012 Υγειονομική Διάταξη (ΦΕΚ 2718/τ. Β/8-10-2012) με ΑΔΑ: Β43ΡΘ-ΤΑΦ «Υγειονομικοί Όροι και Προϋποθέσεις λειτουργίας επιχειρήσεων τροφίμων και ποτών και άλλες διατάξεις» και το υπ' αριθμ. ΦΕΚ 3007/τ.Β/13-11-12 «Διορθώσεις σφαλμάτων της Υ1γ/Γ.Π./οικ. 96967/2012 Υγειονομικής Διάταξης»

5. Η Υγειονομική Διάταξη με αριθμ. Υ1γ/Γ.Π./οικ. 35797 (ΦΕΚ 1199/τ.Β'/11-4-2012) με θέμα «Πιστοποιητικό υγείας εργαζομένων σε επιχειρήσεις υγειονομικού ενδιαφέροντος»

6. Η με αριθμ. Πρωτ. Υ1γ/Γ.Π./οικ.60325/29-05-2012 εγκύκλιος της υπηρεσίας μας, με αριθμό ΑΔΑ: Β4Λ0Θ-05Υ, με θέμα «Πιστοποιητικό υγείας εργαζομένων σε επιχειρήσεις υγειονομικού ενδιαφέροντος»

Η συνάθροιση των παιδιών στο χώρο του παιδικού σταθμού μπορεί να δημιουργήσει τις κατάλληλες συνθήκες μετάδοσης λοιμώξεων. Στο περιβάλλον των παιδικών σταθμών η μετάδοση

των λοιμογόνων παραγόντων γίνεται συνήθως δια του αναπνευστικού συστήματος (μέσω αερολυμάτων και σταγονιδίων που προέρχονται από το αναπνευστικό σύστημα προσχόντων καθώς και μέσω της άμεσης επαφής με μολυσμένα παιχνίδια ή άλλα αντικείμενα και εκκρίσεις), δια της εντεροστοματικής οδού (άμεσα από άνθρωπο σε άνθρωπο ή έμμεσα μέσω επιμολυσμένων αντικειμένων, επιφανειών του περιβάλλοντος και τροφίμων), δια της επαφής με δερματικές βλάβες και δια της επαφής με αίμα, ούρα και σωματικές εκκρίσεις.

Τα προληπτικά μέτρα κατά της διασποράς των παθογόνων μικροοργανισμών περιλαμβάνουν οδηγίες ατομικής υγιεινής, οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης χώρων, επιφανειών και αντικειμένων καθώς και οδηγίες για την προετοιμασία και το χειρισμό των τροφίμων. Το προσωπικό οφείλει να ακολουθεί τις οδηγίες ατομικής υγιεινής και ταυτόχρονα να φροντίζει ώστε οι οδηγίες αυτές να τηρούνται και από τα παιδιά. Οι οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης απευθύνονται σε όλα το προσωπικό, αλλά ιδιαίτερα στο προσωπικό καθαριότητας, ενώ οι οδηγίες για το χειρισμό των τροφίμων ειδικότερα στο προσωπικό με αρμοδιότητες στο χειρισμό των τροφίμων.

Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δοθεί στην τήρηση του Εθνικού Προγράμματος Εμβολιασμών, όπως αυτό κάθε φορά διαμορφώνεται και ισχύει.

### **I. Οδηγίες ατομικής υγιεινής:**

- Αποφυγή επαφής χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα για τη μείωση του κινδύνου μόλυνσης από τους παθογόνους μικροοργανισμούς.
- Κάλυψη της μύτης και του στόματος με χαρτομάντιλο (ή εναλλακτικά με το εσωτερικό του αγκώνα) σε βήχα ή φτέρνισμα. Το χρησιμοποιημένο χαρτομάντιλο πρέπει να απορρίπτεται αμέσως μετά τη χρήση τόσο από τα παιδιά όσο και από το προσωπικό μέσω στους κάδους απορριμμάτων.
- Τα παιδιά δεν πρέπει να πίνουν νερό απευθείας από τη βρύση με το στόμα.
- Κοψίματα και εκδορές θα πρέπει να αντιμετωπίζονται και να καλύπτονται.
- Επιτήρηση των παιδιών ώστε να αποκλείεται η κοινή χρήση από τα παιδιά των σερβιτόρων φαγητού.
- **Υγιεινή των χεριών**

Το προσεκτικό πλύσιμο των χεριών και το στέγνωμα είναι το βασικό μέτρο τόσο για την πρόληψη των λοιμώξεων. Το τακτικό πλύσιμο των χεριών των παιδιών και των εργαζομένων με υγρό σαπούνι και νερό είναι απαραίτητο, ιδίως μετά από τον καθαρισμό της μύτης, το βήχα ή το φτέρνισμα, το παιχνίδι, τη χρήση τουαλέτας, του ουροδοχείου, ή την επαφή με δυναμικά μολυσμένα αντικείμενα και πριν την προετοιμασία, το χειρισμό ή τη λήψη της τροφής καθώς και πριν και μετά την εφαρμογή γαντιών μιας χρήσης.

➤ Για το σκοπό αυτό θα πρέπει να υπάρχουν νιπτήρες εγκατεστημένοι σε κατάλληλες θέσεις (π.χ. τουαλέτες, αποδυτήρια γήρας, χώρους κουζίνας, παρασκευαστήρια γευμάτων, διαδρόμους, χώρους δραστηριότητας κ.λ.π.) ώστε να είναι προσβάσιμοι και αξιοποιήσιμοι τόσο από τα μικρά παιδιά όσο και από το προσωπικό. Πρέπει να είναι εξοπλισμένοι με υγρό σαπούνι και χειροπετσέτες μιας χρήσης καθώς και κάδο απόρριψης των χρησιμοποιημένων χειροπετσέτων. Ιδανική θα είναι η ύπαρξη φωτοκύτταρου για τη λειτουργία της βρύσης.

➤ Το πλύσιμο πρέπει να διαρκεί 40- 60 δευτερόλεπτα τουλάχιστον και να γίνεται σύμφωνα με το πρωτόκολλο του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας: βρέχουμε τα χέρια με τρεχούμενο νερό - όχι καυτό, απλώνουμε υγρό σαπούνι τρίβοντας διεξοδικά ολόκληρη την επιφάνεια του χεριού (παλάμες, ράχη, ανάμεσα στα δάχτυλα και τους αντίχειρες, τα νύχια) με προσοχή ώστε να μην δημιουργούνται ερεθισμοί και ρωγμές. Ξεπλένουμε και στεγνώνουμε καλά με χαρτοπετσέτα. Χρησιμοποιούμε πετσέτα για να κλείσουμε τη βρύση.

➤ Συνιστάται το παιδί προσχολικής ηλικίας (κάτω των τεσσάρων) να πλένουν και να στεγνώνουν τα χέρια τους με τον ίδιο τρόπο όπως οι ενήλικες, υπό την επίβλεψη του

προσωπικού. Επίσης και τα χέρια των βρεφών πρέπει να πλένονται στο νιπτήρα από έναν ενήλικα, ή να καθαρίζονται με υγρά μαντηλάκια.

> Τα παιδιά υπό την επίτηρηση του προσωπικού και οι εργαζόμενοι μπορούν εναλλακτικά να χρησιμοποιούν αντισηπτικό αλκοολούχο διάλυμα σε ποσότητα περίπου 3 ml ή χαρτομάντιλα με αντισηπτικό. Συνιστάται καλό τρίψιμο των χεριών, για 30 δευτερόλεπτα τουλάχιστον, μέχρι το αντισηπτικό να στεγνώσει τελείως.

> Η αλκοολούχα γέλη που προορίζεται για την αντισηψία των χεριών πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο όταν δεν είναι διαθέσιμη παροχή νερού και σαπουνιού (π.χ. κατά τη διάρκεια εκδρομών), και δεν είναι αποτελεσματική, αν τα χέρια είναι εμφανώς λερωμένα.

> Τα αντιβιοτικά υγρά σαπουνία δεν είναι απαραίτητα και ενδέχεται να αυξάνουν τον κίνδυνο της βακτηριακής αντοχής.

**Επισημαίνεται ότι, η χρήση γαντιών μια χρήσης δεν αντικαθιστά σε καμιά περίπτωση το σχολαστικό πλύσιμο των χεριών.**

## II. Οδηγίες Περιβαλλοντικής Υγιεινής:

Για τη διασφάλιση της Δημόσιας Υγείας στις ως άνω εγκαταστάσεις απαιτείται ο υγειονομικός έλεγχος και η διενέργεια δειγματοληψιών που αφορούν:

- α) στην καταλληλότητα της ποιότητας του πόσιμου νερού
- β) στην αποδοτική λειτουργία των συστημάτων υγιεινής αποχέτευσης και της υγειονομικά αποδεκτής αποκαμιδής των απορριμμάτων.
- γ) στην αποδοτική λειτουργία των εγκαταστάσεων, όπου αυτές υφίστανται, οι οποίες θα πρέπει να τηρούν τις προβλεπόμενες από την Γ1/443/73 Υ.Δ., όπως έχει τροποποιηθεί με την Γ4/1150/76 (ΦΕΚ 937 τ. Β') και την ΔΥΓ2/80825/05/31-1-06 εγκύκλιο, απαιτήσεις.

Επίσης την παρακολούθηση της ποιότητας των νερών και γενικά την τήρηση των συνθηκών ασφαλείας και υγιεινής λειτουργίας τους, όπως προβλέπεται από την κείμενη νομοθεσία.

- δ) στην παρακολούθηση της ποιότητας νερών στο υδραυλικό σύστημα των κλιματιστικών μηχανημάτων των ως άνω εγκαταστάσεων, για τη διασφάλιση της ποιότητας νερού απαλλαγμένου λεγεονέλλας.

## III. Οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης:

1. Συστηματικός και επαρκής αερισμός όλων των χώρων.
2. Σε κάθε παιδικό σταθμό πρέπει να υπάρχουν γραπτές οδηγίες καθαριότητας των χώρων του σταθμού. Οι οδηγίες πρέπει να περιλαμβάνουν τον τρόπο καθαρισμού και απολύμανσης των δαπέδων, των επιφανειών και αντικειμένων, καθώς και τα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται σε περιπτώσεις μόλυνσης του περιβάλλοντος με αίμα ή παράγωγά του.

3. Πέρα από τις συνήθειες εργασίες καθαρισμού, επιβάλλεται προσεκτικός και συχνός καθαρισμός λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, παιχνίδια, έπιπλα, κουπαστή από σκάλες ή κινγκλίδωμα, βρύσες, τουαλέτες, παιδικά ουροδοχεία, κλπ) με κοινά καθαριστικά, δηλαδή υγρό σαπούνι και νερό, ή διάλυμα οικιακής χλωρίνης 10% (1 μέρος οικιακής χλωρίνης αραιωμένο σε 10 μέρη νερό) ή αλκοολούχο αντισηπτικό. Σημειώνεται ότι οι εργασίες καθαρισμού πρέπει να γίνονται με χρήση γαντιών.

4. Σε γενικές γραμμές μπορούν να χρησιμοποιηθούν οικιακής χρήσης απορρυπαντικά και αντισηπτικά για τον καθαρισμό των επιφανειών από εμύσματα, ούρα ή κόπρανα. Για την απολύμανση επιφανειών οι οποίες έχουν μολυνθεί με αίμα, με υγρά του σώματος που μπορεί να περιέχουν αίμα, με υγρά δερματικών βλαβών ή εξιδρώματα, απαιτείται η χρήση κατάλληλου διαλύματος χλωρίνης 1:10 το οποίο σφύδρασει για τουλάχιστον 30 δευτερόλεπτα, απομακρύνεται με πανί μιας χρήσης.

5. Ο καθαρισμός των αντικειμένων που δεν είναι εμφανώς λερωμένα μπορεί να γίνει με ένα απολυμαντικό, όπως σινόπνευμα. Τα αντικείμενα που είναι εμφανώς λερωμένα καθαρίζονται πρώτα με υγρό σαπούνι και νερό και κατόπιν με απολυμαντικό.

6. Ξεχωριστά πανιά καθαρισμού / σπόγγοι πρέπει να χρησιμοποιούνται για κάθε περιοχή (π.χ. κωδικοποιημένα χρώμα) και να φυλάσσονται σε στεγνό μέρος μεταξύ των χρήσεων. Όλα τα άλλα σύνεργα καθαρισμού πρέπει να ελέγχονται τακτικά και να συντηρούνται.

7. Οι χώροι που αλλάζονται οι πάνες πρέπει να χρησιμοποιούνται αποκλειστικά για αυτό το σκοπό και να διαθέτουν όλα τα απαραίτητα αναλώσιμα κατάλληλα αποθηκευμένα. Η επιφάνεια πάνω στην οποία γίνεται η αλλαγή της πάνας πρέπει να είναι κατασκευασμένη από μη πορώδες αδιάβροχο υλικό και πρέπει να καθαρίζεται σχολαστικά μετά από κάθε χρήση ή να καλύπτεται από φύλλα χαρτιού τα οποία απορρίπτονται μετά από κάθε αλλαγή πάνας. Αν χρησιμοποιούνται ενυδατικές κρέμες πάνας αυτές πρέπει να φυλάσσονται σε δοχεία με αντλία. Στο χώρο πρέπει να αναρτώνται πίνακες με σχετικές οδηγίες. Επίσης πρέπει να χρησιμοποιούνται καλής ποιότητας πάνες, ώστε να μη διαρρέουν ούρα και κόπρανα στο περιβάλλον. Κάθε ρυπαρό υλικό (πάνες ή χαρτοβόμβες) πρέπει να απορρίπτεται σε ειδικούς κάδους οι οποίοι φέρουν καπάκι που κλείνει σφραγώς και ανοίγει ποδοκίνητα.

8. Παιδικά ουροδοχεία, εάν χρησιμοποιηθούν, θα πρέπει να καθαρίζονται με απορρυπαντικό, και νερό μετά από κάθε χρήση, να φυλάσσονται σε στεγνό μέρος και να μη στοιβάζονται.

9. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δίνεται στο καθαρισμό των αντικειμένων και των επιφανειών με τις οποίες ήρθε σε επαφή άτομο που εμφάνισε συμπτώματα λοιμώδους νοσήματος.

10. Οι πλαστικές σακούλες των κάδων, όταν γεμίζουν, πρέπει να δένονται σφικτά και να απομακρύνονται αμέσως.

11. Τα μέσα ατομικής προστασίας μιας χρήσης μετά τη χρήση τους πρέπει να απορρίπτονται αμέσως στις πλαστικές σακούλες των κάδων απορριμμάτων.

12. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δίνεται στο πλύσιμο των κλινοσκεπασμάτων, τα οποία πρέπει να διατίθενται για αυστηρά προσωπική χρήση.

### 1.3. Αποχωρητήρια

Τα αποχωρητήρια θα καθαρίζονται και θα απολυμαίνονται καθημερινά και τακτικά στο διάστημα της ημέρας. Επίσης όταν κατά τη διάρκεια λειτουργίας παρουσιαστεί ανάγκη καθαρισμού θα καθαρίζονται άμεσα.

Θα είναι εφοδιασμένα με χαρτί τουαλέτας και τα απαραίτητα για το πλύσιμο και το στέγνωμα των χεριών, μέσα.

Τα παράθυρα στο χώρο των αποχωρητηρίων να καλύπτονται μόνιμα με κατάλληλο προστατευτικό πλέγμα (σίτα), για να εμποδίζεται η είσοδος βλαβερών εντόμων κλπ.

## IV. Οδηγίες για το χειρισμό τροφίμων κατά την παρασκευή – προσφορά γευμάτων

Στην περίπτωση προμήθειας έτοιμων γευμάτων από επιχειρήσεις μαζικής εστίασης (catering), άλλους φορείς ή επιχειρήσεις Τροφίμων - Πατών, θα πρέπει αυτές να κατέχουν άδεια ίδρυσης και λειτουργίας, σύμφωνα με την ανωτέρω (4) σχετική.

Εάν η παρασκευή των γευμάτων γίνεται εντός του παιδικού, βρεφικού, βρεφονηπιακού σταθμού, θα πρέπει να ακολουθούνται βασικοί κανόνες υγιεινής, ώστε να διασφαλίζεται όσο το δυνατόν καλύτερα η υγιεινή των γευμάτων και κατά συνέπεια η προστασία της Ατομικής και Δημόσιας Υγείας.

Το προσωπικό που ασχολείται με την παρασκευή, ή/και την προσφορά γευμάτων στους βρεφικούς, βρεφονηπιακούς, παιδικούς σταθμούς, δημόσιους και ιδιωτικούς, θα πρέπει να διαθέτει πιστοποιητικό υγείας, σχετικό (5, 6).

Επίσης κρίνεται επιθυμητή η παρακολούθηση σεμιναρίου σε θέματα βασικών αρχών υγιεινής και ασφάλειας τροφίμων από τα άτομα που ασχολούνται με τη σίτιση των παιδιών, εφόσον προσφέρεται η δυνατότητα γι' αυτό.

---

Ι Οδηγίες για Ατομική Υγιεινή των εργαζομένων που ασχολούνται με την παρασκευή και προσφορά των γευμάτων:

- 1) Τα χέρια πλένονται καλά:
  - μετά τη χρήση τουαλέτας
  - πριν ξεκινήσει το μαγείρεμα
  - μετά από χειρισμό ωμών τροφίμων (κρέας, κατόπιουλο, αυγά κ.α.)
  - μετά το πλύσιμο λερωμένων πιάτων – σκευών
  - μετά το άγγιγμα ή ξύσιμο περιοχών του σώματος (όπως αυτιά, στόμα, μύτη, μαλλιά)
  - μετά από φύσημα της μύτης, φτάρνισμα, βήχα
  - μετά τη χρήση τηλεφώνου
  - μετά από κάπνισμα
  - μετά από χειρισμό σκουπιδιών
  - μετά από χειρισμό χημικών ουσιών (π.χ. προϊόντα καθαρισμού)
- 2) Τα νύχια πρέπει να είναι πάντα κομμένα και καθαρά.
- 3) Τα μακριά μαλλιά πρέπει να μαζεύονται πίσω και να καλύπτονται με σκούφο ή μαντήλι.
- 4) Κατά το μαγείρεμα χρησιμοποιείται πάντα καθαρή ποδιά.
- 5) Δεν βήχουμε και δεν φταρνιζόμαστε πάνω από τα τρόφιμα.
- 6) Προστατεύουμε τα κοψίματα ή άλλες πληγές που υπάρχουν στα χέρια με καθαρό, αδιάβροχο επίδεσμο και πρέπει να φοράμε γάντια μιας χρήσης, τα οποία θα αλλάζονται τακτικά.
- 7) Δεν μαγειρεύουμε όταν είμαστε άρρωστοι (όταν έχουμε πυρετό, διάρροια, εμετούς, ναυτία)
- 8) Δεν ξύνουμε το κεφάλι ή τα μαλλιά
- 9) Δεν σκουπίζουμε το στόμα ή την μύτη με τα δάκτυλα
- 10) Δεν φοράμε κοσμήματα όταν μαγειρεύουμε
- 11) Το προσωπικό της κουζίνας και οι χειριστές τροφίμων ή οι τραπεζοκόμοι δεν πρέπει να συμμετέχουν στην αλλαγή της πάνας των παιδιών ή σε άλλες εργασίες καθαριότητας.

## ii Τρόφιμα

- Κατά την παραλαβή των πρώτων υλών προσέχουμε την ποιότητα των προϊόντων και ιδιαίτερα την ημερομηνία λήξης αυτών.
- Πετάμε τα ληγμένα τρόφιμα και δεν τα χρησιμοποιούμε ποτέ.
- Τα τρόφιμα μετά την παραλαβή τους αποθηκεύονται σε χώρους που διασφαλίζουν την διατήρησή τους (ψυγείο, προθήκες).
- Τα τρόφιμα κατά την αποθήκευση διατηρούνται σε καθαρό χώρο και θα πρέπει να είναι ξεχωριστά και μακριά τοποθετημένα από άλλα προϊόντα όπως καθαριστικά, εντομοκτόνα κ.α. προς αποφυγή μόλυνσης των τροφίμων.
- Η αποθήκευση των τροφίμων θα πρέπει να γίνεται σε κλειστούς περιέκτες κατάλληλους μόνο για τρόφιμα μέσα σε προθήκες-ντυυλάπια σε χώρο όπου δεν θα υπάρχει υγρασία και μακριά από πηγές θερμότητας.
- Πλένονται πολύ καλά τα τρόφιμα που θα καταναλωθούν ωμά και δεν θα μαγειρευτούν (π.χ. φρούτα, λαχανικά).
- Τα ζεστά μαγειρεμένα τρόφιμα, μέχρι να καταναλωθούν, πρέπει να διατηρούνται σε θερμοθάλαμους, με θερμοκρασία από 60° C (βαθμούς Κελσίου) και πάνω.
- Σε περίπτωση που οι γονείς προσκομίζουν σε μπουκάλι το μητρικό γάλα ή το γάλα σε φόρμουλα, το μπουκάλι πρέπει να φέρει επκέτα με το όνομα του παιδιού και την ημερομηνία λήξης και πρέπει να φιλάσσεται στο ψυγείο (όχι στην πόρτα) για έως και 48 ώρες.
- Το γάλα σε σκόνη πρέπει να παρασκευάζεται σύμφωνα με τις οδηγίες που αναγράφονται στη συσκευασία και κατά προτίμηση για άμεση χρήση, ενώ εάν παρασκευαστεί εκ των προτέρων, πρέπει να διατηρείται στις συνιστώμενες συνθήκες συντήρησης και να χρησιμοποιείται αυθημερόν. Τα μπουκάλια δε θερμαίνονται στο φούρνο μικροκυμάτων ενώ το χρησιμοποιήτο γάλα απορριπτεται. Όλα τα μπουκάλια, θηλάς, και σκεύη πλένονται με απορρυπαντικό και νερό και κατόπιν απολυμαίνονται κατόλληλα.

- Η πρόσβαση σε χώρους αποθήκευσης, προετοιμασίας, παρασκευής και κατανάλωσης τροφίμων θα πρέπει να περιορίζεται στο προσωπικό τροφοδοσίας και της κουζίνας.
- Τα έτοιμα για κατανάλωση τρόφιμα μπορούν να παραμείνουν σε θερμοκρασία περιβάλλοντος για διάστημα μικρότερο των δύο ωρών.

### iii Υγιεινή στο χώρο του παρασκευαστηρίου

- Διατηρούμε το χώρο του μαγειρείου πάντα καθαρό. Σκουπίζουμε και πλένουμε το δάπεδο καθημερινά.
- Προστατεύουμε το μαγειρείο από μύγες, κατασπίδες, ποντίκια, βάζοντας προστατευτικά πλέγματα (σίτες), όπου υπάρχουν ανοίγματα (π.χ. παράθυρο).
- Χρησιμοποιούμε ξεχωριστά σκεύη και εργαλεία (π.χ. μαχαίρια) για το ωμό τρόφιμα και διαφορετικά για τα μαγειρεμένα. Επίσης διαφορετικά για τα κρέατα, κοτόπουλα και διαφορετικά για τα λαχανικά.
- Καθαρίζουμε καλά και πλένουμε με ζεστό νερό και απορρυπαντικό - απολυμαντικό τους πάγκους εργασίας, τα τραπέζια, τα σκεύη (κατσαρόλες, ταψιά), τα εργαλεία και τα μηχανήματα μετά το τέλος του μαγειρέματος.
- Φροντίζουμε να υπάρχουν αρκετά δοχεία απορριμμάτων στο χώρο, κλειστού τύπου (με κοπάκι), ποδοκίνητα με πεντάλ, για να μην χρειάζεται να πιάνεται με τα χέρια το κοπάκι, τα οποία θα διατηρούνται πάντα καθαρά, θα πλένονται και θα απολυμαίνονται τακτικά.
- Να μην χρησιμοποιούνται σπασμένα ή ραγισμένα σκεύη, πιάτα, ποτήρια κλπ.
- Οι επιφάνειες κοπής που έχουν ρωγμές να σβάζονται γιατί μπορεί να "φαιλιάζουν" μικρόβια.
- Να μην παραμένουν ακάλυπτα τρόφιμα πάνω στους πάγκους.
- Να μην ψεκάζεται εντομοκτόνο πάνω ή κοντά σε τρόφιμα, σκεύη, πιάτα, ποτήρια. Εάν χρειαστεί ψεκασμός στους πάγκους εργασίας, τότε οι πάγκοι θα πρέπει να πλυθούν καλά και να απολυμανθούν μετά.
- Προϊόντα καθαρισμού, εντομοκτόνα, απολυμαντικά κ.α. θα πρέπει να φυλάσσονται σε ξεχωριστά ντουλάπια από αυτά που φυλάσσονται τα τρόφιμα, που θα κλειδώνουν και θα είναι σε ειδικό χώρο.
- Στο χώρο του μαγειρείου απαγορεύεται η είσοδος και η διατήρηση κατοικίδιων ή άλλων ζώων.

### iv Ψυγεία

- Στο ψυγείο δεν βάζουμε ποτέ τα τρόφιμα ανακατεμένα. Τα έτοιμα για κατανάλωση τρόφιμα θα πρέπει να τοποθετούνται στα επάνω ράφια και τα νωπά στα κάτω, ώστε να αποφεύγεται η επιμόλυνση των έτοιμων τροφίμων.
- Δεν παραφορτώνουμε το ψυγείο για να διασφαλίζεται η ελεύθερη κυκλοφορία του αέρα και η σωστή λειτουργία της ψύξης.
- Στα ψυγεία πρέπει να υπάρχουν ειδικά θερμομόμετρα για ψυγεία (Προσοχή! όχι με Υδράργυρο)
- Η θερμοκρασία του ψυγείου να ελέγχεται καθημερινά.
- Οι θερμοκρασίες στο εσωτερικό των ψυγείων θα πρέπει να είναι :  
Για την συντήρηση: - 2° έως 5° C (βαθμούς Κελσίου)  
Για την κατάψυξη - 18° C - (βαθμούς Κελσίου)
- Απαγορεύεται να καταψύξουμε ξανό κάποιο προϊόν το οποίο έχει ξεπαγώσει
- Καθαρίζουμε τακτικά το ψυγείο

### v Αρχεία

Τα μαγειρεία των βρεφικών, βρεφονηπιακών, παιδικών σταθμών, δημόσιου και ιδιωτικού τομέα υποχρεούνται να τηρούν, όπως οι επιχειρήσεις τροφίμων και ποτών, τα παρακάτω αρχεία τεκμηρίωσης διαδικασιών:

- 1) Αρχείο 1<sup>ο</sup> Προσωπικού (κατάσταση απασχολούμενου προσωπικού, πιστοποιητικά υγείας)
- 2) Αρχείο 2<sup>ο</sup> Νερού (τρόπος υδροδότησης, αποτελέσματα δειγματοληψιών όπου και όταν απαιτείται)
- 3) Αρχείο 3<sup>ο</sup> Καθαρισμού- Απολύμανσης(πρόγραμμα καθαρισμού, χρησιμοποιούμενα καθαριστικά και απολυμαντικά προϊόντα)
- 4) Αρχείο 4<sup>ο</sup> Απεντόμωσης - Μυοκτονίας (πιστοποιητικά εφαρμογής από αδειοδοτημένη εταιρεία, επίσημα πιστοποιητικά των χρησιμοποιούμενων εντομοκτόνων και τρωκτικοκτόνων)
- 5) Αρχείο 5<sup>ο</sup> Θερμοκρασιών (παρακολούθηση θερμοκρασιών ψυγείων και θερμοθαλάμων)
- 6) Αρχείο 6<sup>ο</sup> Πρώτων Υλών και Προμηθειών (προμηθευτές της επιχείρησης, σχετικά συνοδευτικά δελτία αποστολής των προϊόντων και των πρώτων υλών, όλα τα προϊόντα θα προέρχονται από αδειοδοτημένες επιχειρήσεις).

Η ΥΦΥΠΟΥΡΓΟΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΖΕΤΤΑ Μ. ΜΑΚΡΗ

**ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ:**

1. Όλες τις Αποκεντρωμένες Διοικήσεις της Χώρας  
Υπόψη κκ Γενικών Γραμματέων  
(Με την παράκληση να ενημερωθούν όλοι οι Δήμοι που ανήκουν γεωγραφικά στην περιοχή σας.)

2. Όλες τις Περιφερειακές Αυτοδιοικήσεις  
Υπόψη κκ. Γενικών Δ/ντων  
Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας  
(έδρες τους)  
(Με την παράκληση να ενημερωθούν όλες οι Δ/νσεις Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας καθώς οι Δ/νσεις Υγειονομικών Ελέγχων και Περιβαλλοντικής Υγιεινής Αρμοδιότητάς σας)

**ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ:**

1. Γραφείο Υπουργού
2. Γραφείο Υφυπουργού κ. Μακρή
3. Γραφείο Γεν. Γραμματέα Δημόσιας Υγείας
4. Γραφείο Γενικής Δ/ντριας Δημόσιας Υγείας & Ποιότητας Ζωής
5. Διεύθυνση Δημόσιας Υγιεινής

