

План противоэпидемических мероприятий

в период подъема заболеваемости

гриппом, ОРВИ в детском саду

1. Организация профилактических мероприятий:

- **строгое соблюдение санитарного состояния помещений**
- **ежедневное проведение влажной уборки помещений с применением моющих средств**
- **своевременное проведение генеральных уборок**
- **обязательное проветривание всех помещений для создания благоприятных условий среды пребывания**
- **выведение детей на прогулку не реже 2 раз в день**
- **недопущение сокращения времени пребывания детей на открытом воздухе**

Обеспечение высокой активности детей во время прогулок

2. Проведение закаливающих процедур в детском саду

- **влажное обтирание лица, шеи, рук**
- **контрастное обливание стоп**
- **воздушное закаливание**

3. Проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий

- **утренняя гимнастика**

- использование подвижных игр и физических упражнений на прогулке

4. Проведение дыхательной гимнастики

5. Использование в пищу чеснока, лука

6. Организация медицинских профилактических процедур

- обработка носа оксолиновой мазью (0,25%) перед сном

- прием поливитаминов в течение 1 месяца

7. Санитарно-просветительская работа по профилактике гриппа:

- проведение бесед с персоналом

- проведение бесед с родителями воспитанников

- выпуск санитарных бюллетеней

8. Проведение лекций по профилактике гриппа (вакцинация)

Что следует предпринять родителям, чтобы уберечь своих

детей и других членов семьи от гриппа

1. Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.

2. Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Если у вас нет салфетки, при кашле или чихании прикрывайтесь локтем или плечом, а не руками.
3. Оставайтесь дома, если вы или ваш ребенок переболели, в течение по крайней мере 24 часов после того, как температура спала или исчезли её симптомы (и больной при этом не принимал жаропонижающих средств). Для предотвращения распространения вируса заболевший школьник должен оставаться дома.
4. Все члены семьи должны сделать прививку от сезонного гриппа и гриппа Н 1N1 2009, как только поступит соответствующая вакцина. Если эпидемия гриппа примет БОЛЕЕ серьезные масштабы, родителям следует принять следующие меры:
 - Продлите время пребывания заболевших детей дома по крайней мере на 7 дней – даже в том случае, если состояние больного улучшится раньше. Тем, кто болеет дольше 7 дней, следует оставаться дома в течение по крайней мере 24 часов после полного исчезновения симптомов.
 - В случае заболевания одного из членов семьи все дети школьного возраста должны оставаться дома по крайней мере в течение 5 дней с момента заболевания родственника. Родители должны следить за состоянием своего здоровья и здоровья детей школьного возраста, регулярно измеряя температуру и обращая внимание на другие симптомы гриппа.

Чтобы подготовиться к сезонному гриппу следует принять следующие меры:

- Подумайте, как обеспечить уход за ребенком дома, в случае если он заболел или если отменят занятия в школе.
- Будьте готовы следить за состоянием здоровья больного ребенка и других членов семьи: проверять температуру и наличие других симптомов гриппа.
- Определите, имеются ли в вашем доме дети, которые подвержены повышенному риску осложнений гриппа, входят дети в возрасте до 5 лет и дети, страдающие хроническими заболеваниями, такими как астма и диабет.
- На время лечения выделите отдельную комнату для заболевших членов семьи
- Подготовьте новый список контактных лиц для связи в экстренных ситуациях.
- Подберите игры, книги, видеокассеты и другие вещи, необходимые для развлечения в кругу семьи на случай, если отменят занятия в школе или если ваш ребенок заболел и будет вынужден оставаться дома.

СТРАТЕГИЧЕСКИЙ ПЛАН УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

№	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	1-9	Ежедневно	Воспитатели, врач	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	1-9		врач, старший воспитатель зам.зав.по УВР	В течение года
2	Организация двигательного режима и активный отдых				
	Физкультурно-оздоровительные занятия	1-9	2-3 раза в неделю	Воспитатель по физическому воспитанию, воспитатели групп	В течение года
	Утренняя гимнастика Гигиеническая гимнастика после сна	1-9	Ежедневно	Воспитатели, контроль медработника, старший воспитатель, зам.зав.по УВР	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игр и упражнений Спортивные, народные игры	1-9	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Музыкально-ритмические занятия	1-9	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель, воспитатели	В течение года
	Спортивный досуг Праздники Спартакиада	1-9		Воспитатели, физ инструктор	В течение года
	Пешие прогулки Походы Игры – забавы	Все группы Старшие и под.гр. Все группы	Во время прогулки Во время прогулки Во время прогулки	Воспитатель Воспитатель Воспитатель физ инструктор Воспит, м/с,	Один раз в неделю Не менее 1 раза в полгода 1 раз в квартал

	Дни здоровья Каникулы	Все группы Все группы	и в группе (ежед) Один раз в квартал Один раз в квартал	физ инструктор Воспитатель	
	Гимнастика глаз	5,10,8,7,2,6,9	Во время занятий на физкульт-минутках	Воспитатель, медработник	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	1-9	2-4 раза в день	Воспитатель, логопед	В течение года
	Секция спортивных и народных игр	Старшие и подготовительные группы	2 раза в неделю	физ инструктор	В течение года
	Оздоровительный бег	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно во время прогулок	Воспитатели	В течение года
	Тренажеры	Старшая и подготовительная группы	Воспитатель по физическому воспитанию	1 раз в неделю	В течение года
3	Охрана психического здоровья				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	1-9	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели и специалисты	В течение года
	Игры- тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятия невротических состояний	Старш., подг. группы	В течение недели	Психолог и воспитатель	
	Хоровое пение	Все группы		Педагоги, муз.руководитель, руководитель студии	
	Муз.театральная деятельность	Все группы		Педагоги, муз.руководитель	
	Музооформление фона занятий	Все группы		Воспитатель, муз.руководитель	
	Музосопровождение режимных моментов	Все группы	В течение дня	Воспитатель, муз.руководитель	
	Коррекция поведения	Старш.,		Психолог,	

		подгот. гр		воспитатель	
	Воспитательно-образовательный процесс строится на основе диагностики По индивидуальным планам, программам Игры и упражнения, развитие эмоциональной сферы	1-9 Все группы	Ежедневно Ежедневно	Воспитатели, специалисты Воспитатели и психолог	В течение года
4	Профилактика заболеваемости				
	Массаж " 9 волшебных точек" и " аурика" по методике А.А.Уманской	1-9 кроме 3,4 групп	2-4 раза в день	Воспитатели, контроль мед.работника	С октября по апрель
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	1-9	3 раза в день во время утренней гимнастики, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль мед.работника	В течение года
	Профилактика гриппа – дибазол	Все группы с согласия родителей	Ежедневно, через 2 часа после завтрака,	Медработник	Ноябрь-декабрь
	Оксалиновая мазь	Все группы	Ежедневно, 2 раза в день перед прогулкой	Медработник, воспитатели	Ноябрь-декабрь. Март-апрель
5	Оздоровление фитонцидами				
	Чесочно-луковые закусочки	1-9, кроме 3,4 групп	Перед прогулкой, перед обедом	Воспитатель, Мл.воспитатель, медсестры	Декабрь-февраль
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	1-9	В течение дня ежедневно	Мл.воспитатели, контроль мед.работника	Октябрь-апрель
6	Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка				
	Воздушные ванны(облегченная одежда, одежда соответствует сезону)	1-9	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки на воздухе	1-9	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Хожение босиком по траве	1-9	Ежедневно	Воспитатели	Июнь -август
	Обширное умывание	1-9	Ежедневно после дневного	Воспитатели	В течение года
	Водный душ	1-9	После прогулки	Воспитатели, мл.воспитатели	Июнь-август
	Посещение бассейна	Все группы	Вечером, выходные дни	Родители	
	Босоножье	Все группы	Ежедневно	Педагоги	

	Проветривание помещения		Ежедневно	Мл.воспитател и, воспитатель	
	Обеспечение температурного режима	Все группы		Зав. д/с, зам по АХЧ	
	Солевое закаливание	1-9	После сна	Воспитатели, мл.воспитатели	В течение года
	Игры с водой	1-9	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь-август
	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	1-9, кроме 3,4 групп	После каждого приема пищи	Воспитатели, мл.воспитатели	В течение года
7	Лечебно-оздоровительная работа				
	Лечебное полоскание горла				
	" Ревит", поливит	1-9	По 1 разу в день в течение 10 дней	Медработник по согласованию родителей	Декабрь-февраль
	кислородные коктейли	1-9	По 1 разу в день на протяжении 10 дней в 3и месяца	Медработник по согласованию родителей	Октябрь, ноябрь, январь, март
	Витаминоизация третьего блюда	1-9	Ежедневно	Медсестра	В течение года
	Специальные занятия ОБЖ	Пропаганда Средние, старшие, под.группы	ЗОЖ	Педагоги групп, физ инструктор , старший воспитатель.зам по УВР, врач физ инструктор, психолог, зам.по УВР, мед.работник	
	Периодическая печать, газета " Искринка"				
8	Работа с детьми, имеющими плоскостопие, нарушение осанки				
	Корректирующая гимнастика	Средняя, старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю по 20 минут в утренние часы	физ инструктор , медсестра	В течение года
	Массаж	1-9	2 раза в год	Мед.работники	В течение года
	Фитотерапия. Кислородный фит.коккт	1-9	До обеда за 20 минут 1 месяц	Медработник	3-4 раза в год

Медицинское обслуживание, условия питания

Медицинское обслуживание воспитанников и работников осуществляется на договорной основе городской больница.

В детском саду организовано 5-х разовое рациональное питание детей, составлено:

- примерное 10-ти дневное меню, составленное в соответствии с САНПиНом и утвержденное Роспотребнадзором;
- разработаны методические рекомендации по организации питания в дошкольном образовательном учреждении;
- наличие информации для родителей о ежедневном меню для детей;
- наличие картотеки, меню-раскладки для отдельных блюд;
- наличие стендов на пищеблоке с содержанием графика готовой продукции, закладки;
- график выдачи продуктов питания со склада кладовщиком.

Составляется ежедневно меню-заказ на следующий день. При составлении меню-заказа учитываются нормы на каждого ребенка. Меню каждый день сбалансированное, разнообразное, полноценное, удовлетворяющее физиологическим потребностям растущего организма.

В течении дня блюда не повторяются. Мясо, хлеб, молоко, овощи употребляются ежедневно, другие продукты как яйца, сыр, сметана, творог через 1-3 и более дней.

В меню придерживаемся соответствующего набора продуктов и распределение калорийности в течении дня.

Один раз в 10 дней проводится подсчет ингредиентов и калорийности пищи, ежедневно оставляются суточные пробы, ведется соответствующая документация по контролю приготовления и качества питания, по соблюдению санитарных норм и правил.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

- Ежедневный утренний приём дошкольников в учреждение проводят воспитатели групп, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей.
- Дети с подозрением на заболевание, в ДОУ не принимаются.
- Заболевшие дети, выявленные в течение дня, изолируются.
- Родители в экстренном порядке информируются о состоянии здоровья ребёнка (по указанному родителями телефону).
- После перенесённого заболевания, а также отсутствия ребёнка в учреждении более 5 дней, детей принимают в ДОУ только при наличии справки от участкового врача-педиатра

Профилактические прививки воспитанникам МАДОУ проводит в учреждении старшая медицинская сестра из детского сада: с согласия родителей (под роспись), по индивидуальному графику в соответствии с "Календарём профилактических прививок" и "Календарём профилактических прививок по эпидимическим показаниям", под наблюдением врача (после осмотра). После введения вакцины родителей и воспитателей информируют о введении дополнительного контроля за состоянием здоровья ребёнка и соблюдением щадящего режима.

Уважаемые родители!

Помните, что безопасность Вашего ребенка зависит и от Вас самих. Ребенок копирует Ваше поведение. Он должен понимать, что именно может быть опасным в общении с другими людьми. Не всегда приятная внешность человека говорит об его добрых намерениях. Приучайте ребенка никогда никуда не ходить с незнакомыми людьми, не разговаривать с незнакомцами. Необходимо разъяснить детям, что опасности могут подстергать их и дома – нельзя входить в подъезд одному, без родителей или знакомых взрослых. На примере сказочных героев «Волк и семеро козлят», «Приключения Буратино» вы можете показать ребенку правила поведения с незнакомыми людьми, не провоцируя невротические реакции и страхи у ребенка. Всегда будьте чутки к поведению ребенка, учите делиться с Вами своими переживаниями, быть с Вами откровенными. Оздоровительная работа в течение года проводится под контролем медицинской сестры.

Старшая медицинская сестра МАДОУ

1. Утренняя гимнастика.
2. Одежда по погоде.
3. «День без прогулки – потерянный день».
4. Бодрящая гимнастика после сна
5. Световоздушные ванны.
6. Профилактические прививки по календарю прививок.
7. Дополнительное питание (сок, фрукты)
8. «С» витаминизация третьего блюда
9. Сезонная профилактика гриппа:
 - использование фитонцидов свежего лука и чеснока

В теплое время года дополнительно:

12. Солнечные ванны
13. Хождение босиком.
14. Обливание кистей рук и рук до локтя холодной водой.
15. Контрастное обливание ног, местное обливание ног