

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

ایمنی و بهداشت در اماکن دانشجویی از جمله خوابگاه ها، غذاخوری ها و آشپزخانه ها به عنوان یک الزام و ضرورت اخلاقی و حرفه ای مطرح است. رویکرد جدید نسبت به مقوله ایمنی و بهداشت یک رویکرد مسئولیت پذیر است به نحوی که در دنیای امروز هر فرد نسبت به ایمنی و حفظ جان خود مسئول است. مهم ترین ابزار در این مسیر آموزش مدون و مستمر در زمینه بهداشت و ایمنی است. ایمنی و سلامت به عنوان هسته ارزشمند سازمانی در دانشگاه علوم پزشکی جیرفت در برنامه راهبردی شورای ایمنی، بهداشت و محیط زیست دانشگاه تدوین شده است.

این سند با رعایت الزامات سیستم مدیریت یکپارچه ایمنی، بهداشت و محیط زیست بر مبنای استانداردهای موجود ملی و بین المللی تهیه شده است نگهداری، استفاده و اجرای این سند برای کلیه مسئولین، کارکنان و دانشجویان الزامی می باشد.

۱- مقررات عمومی ساختمان ها

- ۱- ساختمان ها و فضاهای مورد استفاده باید با وضع آب و هوای محل مناسب باشد. و مجهز به سیستم های گرمایشی و سرمایشی مناسب باشند.
- ۲- سقف، بدنه و کف کلیه ساختمان ها و فضا های عمومی مورد استفاده از مصالح مرغوب و مانع نفوذ رطوبت، گرما و سرمای خارج گردد.
- ۳- در صورتیکه در ساختمانها و فضاهای عمومی دهانه ها و سوراخ هایی موجود باشد که احتمال سقوط اشخاص برود لیده به وسیله نصب پوشش های فلزی محکم و نرده هائیکه حداقل ارتفاع آن ۶۰ سانتیمتر باشد موجبات جلوگیری از سقوط اشخاص و رفع خطر به عمل آید.
- ۴- در هر ساختمان بایستی فضای کافی متناسب با نوع استفاده برای افراد در نظر گرفته شود.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

- ۵- عرض پلکان عمومی ساختمان ها باید حداقل ۱۲۰ سانتیمتر و پاگردهای آن متناسب با عرض مزبور باشد، در طرف باز پلکان باید نرده محکم نصب شود و در مسیر پلکان نباید هیچگونه مانعی وجود داشته باشد.
- ۶- خرابی و نواقص ساختمان ها باید بطور مرتب مشخص، مرمت و برطرف شود.
- ۷- وضعیت لو له ای آب و فاضلاب از نظر سالم بودن و ایجاد نشتی به طور مرتب کنترل گردد.
- ۸- چاها و سپتیک های مربوط به ساختمان ها به صورت مرتب و دوره ای از نظر ایمنی و سایر موارد بررسی و کنترل گردد.
- ۹- در اطراف بالکن ها ، پشت بام ها و ایوان ها نرده مناسب یا دیوار مستحکم به ارتفاع حداقل ۷۵ سانتیمتر نصب گردد.
- ۱۰- کلیه سیستم های گرمایشی و سرمایشی بایستی به صورت دوره ای خصوصا ابتدای هر فصل مورد بازدید و کنترل قرار گیرند.
- ۱۱- برای جلوگیری از حریق و انفجار و سایر خطرات احتمالی باید پیش بینی های لازم با توجه به وسعت محل اقامت (تعداد طبقات، تعداد اتاق ها و ظرفیت ساختمان ها) تمهیدات لازم بعمل آید.
- ۱۲- انبارش و نگهداری هر گونه وسایل اضافی و مستهلک و مستعمل و مواد غذایی غیر قابل مصرف و ضایعات در خوابگاهها و اقامت گاههای دانشجویی ممنوع می باشد.
- ۱۳- استعمال دخانیات توسط افراد ساکن و کارکنان شاغل در خوابگاه / اقامتگاه ممنوع می باشد.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۱۴- وضعیت بهداشت و نظافت ساختمان و اتاق های محل اقامت افراد بطور مرتب کنترل و بررسی گردد.

۱۵- ساختمان ها باید به تناسب وسعت محل به اندازه کافی در و پنجره برای ورود نور و هوا داشته باشند.

۱۶- ساختمان خوابگاهها و اقامتگاهها بایستی مجهز به تعداد کافی حمام و سرویس بهداشتی متناسب با تعداد افراد ساکن باشد.

۱۷- در ساختمان خوابگاهها و اقامتگاهها بایستی محل مناسب مطابق ضوابط جهت فعالیت های تفریحی، ورزشی و سالن مطالعه برای افراد ساکن ایجاد گردد.

۱۸- تمامی ساختمان ها موجود در طبقات اول که دارای پنجره می باشند می بایست تا حد امکان برای مسیر فرار در شرایط اضطرار نرده های آنان برداشته شود.

۱۹- کلیه ساختمان ها و اقامت گاهها در طبقه همکف بایستی دارای یک در ب خروج اضطراری باشد و این درب به سمت بیرون باز شود.

۲۰- سیستم های جمع آوری و تفکیک زباله متناسب با کاربری ساختمان، نوع و حجم زباله های تولیدی با نظر کارشناسان بهداشت مستقر اجرا گردد.

۲۱- جعبه کمکه های اولیه شامل موارد اضطراری و امدادی مطابق با فهرست اقلام و داروهای مورد نیاز برای تمامی ساختمان های مربوط به این دستورالعمل تهیه و مورد استفاده قرار گیرد.

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۲- تهویه و روشنایی ساختمانها

- ۱- در هر ساختمان بایستی روشنایی کافی (طبیعی یا مصنوعی) متناسب با نوع استفاده و محل تامین شود در صورتی که برای روشنایی از نور مصنوعی قوی استفاده شود باید برای ممانعت از ناراحتی چشم حبابهای مخصوصی نصب گردد.
- ۲- کلیه پنجره های بدنه و سقف که جهت روشنایی اطاق ها تعبیه شده و کلیه چراغها و حبابها باید نظیف نگهداشته شود.
- ۳- روشنایی مطلوب و مطابق استاندارد بایستی در محل اتاق ها، راهرو ها، محوطه خوابگاهها و اماکن عمومی مورد استفاده دانشجویان ایجاد گردد.
- ۴- شدت روشنایی نور طبیعی یا مصنوعی در اماکن موضوع این دستورالعمل باید حداقل ۱۰۰ لوکس و در راهرو، دستشویی و حمام بین ۵۰ تا ۱۵۰ لوکس باشد.
- ۵- تهویه مناسب به نحوی صورت گیرد که همیشه هوای داخل سالم، تازه ، کافی و عاری از بوی نامطبوع باشد.
- ۶- در فصل گرما حداکثر درجه حرارت داخل نباید بیشتر از ۳۰ درجه سانتیگراد باشد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی جیرفت
Jiroft University of Medical Sciences

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۳- ایمنی

۳-۱- ایمنی آتش و حریق

- ۱- در داخل ساختمان تا حد امکان از مصالح و وسائلی با اشتعال پذیری پایین استفاده شود.
- ۲- شناسایی مکان های پرخطر از نظر پتانسیل حریق و ارزیابی و آنالیز ریسک وقوع حریق در تمام قسمت های ساختمانها و اقامتگاهها انجام شود.
- ۳- تمامی افراد ساکن در خوابگاهها و اقامتگاهها بایستی خطرات بالقوه ایجاد آتش سوزی را در محیط خود بشناسند و آمادگی مقابله با حریق را داشته باشند.
- ۴- تمامی ساختمانها بایستی متناسب با شرایط و احتمال بروز آتش سوزی به سیستم های اعلام و اطفاء حریق مجهز باشند.
- ۵- در کلیه ساختمان ها خاموش کننده های دستی (کپسول های اطفاء حریق) متناسب با شرایط و وسعت حریق به تعداد کافی موجود و با دسترسی آسان جانمایی و نصب گردد.
- ۱-۳-۵ خاموش کننده ها باید در محل مناسب قرار گرفته باشد واز کار کردن آن مطمئن بود.
- ۲-۳-۵ خاموش کننده ها باید متناسب با نوع آتش سوزی که احتمال می رود باشند.
- ۳-۳-۵ آتش سوزی باید زمانی که هنوز در مرحله اولیه بوده و حجم کوچکی دارد پیدا و مشاهده شود.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۴-۳-۵ وسایل و کپسول های اطفاء حریق باید در مکان های مناسب و قابل دسترسی آسان گذاشته شود.

۵-۳-۵ وسایل مذکور باید به صورت منظم بازدید شده و کارت بازرسی و کنترل داشته باشند.

۶-۳-۵ پس از استفاده از وسایل آتش نشانی بایستی بلافاصله نسبت به شارژ آماده سازی آنها اقدام کرد.

۷-۳-۵ کلیه مدارک مربوط به مشخصات آتش نشانی بایستی در دفتر مخصوص موجود و در واحد مربوطه نگهداری شود

۶- آموزش تئوری و عملی کارکنان خدماتی خوابگاهها در خصوص نحوه استفاده از کپسول های اطفاء حریق باید انجام و مستندات آن نگهداری گردد.

۷- دانشجویان، نیرو های خدماتی و کارکنان ساکن در خوابگاهها بایستی در خصوص واکنش در شرایط اضطرار، امداد و نجات و استفاده از کیف کمکهای اولیه تحت آموزش قرار گرفته و سوابق آن نگهداری شود.

۸- جمع آوری و پاکسازی ضایعات و رعایت اصول ایمنی در مکان های با ریسک احتمال بالای حریق وجود دارد بایستی به صورت مستمر انجام گیرد.

۹- علائم و پیام های ایمنی و هشدار دهنده در مکانهای احتمال حریق، محل های نصب تجهیزات اطفاء حریق و تهیه و نصب شده باشد.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۱۰- شماره تلفن های اضطراری بخصوص شماره آتش نشانی ۱۲۵ در محل مناسب نصب شده باشد تا در مواقع اضطرار تماس حاصل نمایند.

۲-۳- ایمنی برق

- ۱- نصب، تنظیم، آزمایش، نگهداری و تعمیرات کلیه تجهیزات الکتریکی مورد استفاده در خوابگاهها و ساختمان ها باید توسط افراد متخصص و ماهر انجام شود.
- ۲- کلیه تجهیزات الکتریکی شامل ترمینال ها،سیم کشی ها و عایق ها کاملا سالم بوده و فاقد هرگونه نقص وزدگی باشند.
- ۳- در محل های ورود به اتاق ها یا محل های حفاظت شده که قسمت های برق دار در دسترس دارند باید دارای علائم هشدار دهنده مناسب باشند.
- ۴- به دلیل امکان گرم شدن زیاد و جرقه زنی فیوز ها و قطع کننده های مدار نگهداری مواد قابل اشتعال و انفجار در مجاورت آنها ممنوع می باشد.
- ۵- اتصالات برقی از نوع ایمن و استاندارد در تمام سیستم ها، تابلوهای برقی و..... مورد استفاده قرار گیرد.
- ۶- سیستم ها و دستگاههای برقی به صورت دوره ای با نظارت مسئول مستقیم کنترل شده و نتایج کنترل اعم از هر گونه اقدام اصلاحی ثبت و نگهداری گردد.

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۳-۳- ایمنی وسایل گاز سوز

الف- نصب وسایل گاز سوز

- ۱- برای اتصال وسایل گاز سوز به لوله کشی ساختمان می بایست از شلنگ های مخصوص گاز مطابق استاندارد ملی ۷۷۴ از جنس لاستیک مصنوعی تقویت شده دارای جدار داخلی مقاوم در مقابل گاز و مواد نفتی با طول مجاز حداکثر ۱/۲۰ متر استفاده شود.
- ۲- برای محکم کردن شیلنگ های گاز از یک طرف به وسایل گاز سوز و از طرف دیگر به شیر گاز، حتما از بست های فلزی استفاده گردد.
- ۳- برای آزمون نشتی نباید از شعله استفاده شود، روش صحیح استفاده از آب و صابون می باشد.
- ۴- حریم یک متری وسایل گاز سوز و دود کش ها (از سمت مجاور و بالا) با سایر مواد و اشیاء قابل اشتعال رعایت شود.
- ۵- شیر های گاز بلا استفاده یا فاقد مصرف با درپوش مسدود گردد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی جیرفت
Jiroft University of Medical Sciences

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

ب- دودکش

- ۱- قبل از استفاده از هرگونه وسایل گاز سوز ابتدا عملکرد دودکش وسیله مزبور می بایست بررسی واز مکش آن اطمینان حاصل گردد.
- ۲- هر وسیله گاز سوز می بایست دارای یک دودکش مجزا به کلاهی H باشد.
- ۳- استفاده از وسایل گاز سوز بدون دودکش به منظور گرمایش ممنوع می باشد.
- ۴- استفاده از لوله های قابل انعطاف (آکاردئونی یا خرطومی) به عنوان دودکش مجاز نیست.
- ۵- بهترین و کارآمدترین دودکش، دودکش هایی است که داخل دیوار بوده و تایلتر از پشت بام ادامه داشته باشد.
- ۶- نصب دودکش در داخل راهروها، پاسیوها و فضاهای بسته ساختمان ها که به هوای آزاد راه ندارد ممنوع می باشد.
- ۷- استفاده از یک دودکش برای چند وسیله گاز سوز ممنوع می باشد.
- ۸- عبور دودکش از فضای داخلی و سقف کاذب حمام مجاز نیست.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

ج- استفاده از وسایل گاز سوز

- ۱- نصب بخاری گازی در اتاق خواب با مساحت کمتر از ۱۲ متر مربع ممنوع می باشد.
- ۲- استفاده از پلو پز یا کباب پز فقط داخل حیاط یا تراس مجاز می باشد. در محیط های مسقف، نظیر اتاق ها و یا زیر زمین استفاده از پلو پز موجب انتشار محصولات احتراق و خفگی می شود.
- ۳- نصب هرگونه وسیله گاز سوز در حمام، رختکن، و سرویس های بهداشتی به دلیل کمبود هوای لازم برای احتراق ممنوع می باشد.

۴- بهداشت فضاها

الف- اصول بهداشت محیط در آشپزخانه و محل طبخ و توزیع غذا

- ۱- کارکنانی که در مراکز تهیه و توزیع و نگهداری و حمل و نقل مواد خوردنی، آشامیدنی در مهمانسراها و خوابگاهها اشتغال دارند می بایست دوره ویژه بهداشت عمومی را گذرانده و گواهینامه معتبر دریافت نمایند.
- ۲- کارت معاینه پزشکی کارکنان مشمول بند ۱ می بایست در محل کار نصب گردد.
- ۳- کارکنان خوابگاهها، غذاخوری ها و مهمانسراها و متصدیان حمل و نقل مواد غذایی می بایست اصول بهداشت فردی و نظافت عمومی محل کار خود را رعایت نمایند.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۴- کلیه اشخاصی که در اماکن و مراکز مشمول این دستورالعمل کار می کنند باید ملبس به لباس کار و روپوش تمیز به رنگ روشن باشند.

تبصره: کلیه تهیه کنندگان مواد غذایی نظیر آشپزان، مشاغل مشابه و نیز کارگران طبخ و توزیع مواد غذایی که با این مواد تماس مستقیم دارند ملزم به پوشیدن روپوش و کلاه بوده و اشخاصی که در سرو غذا مشغول هستند علاوه بر روپوش و کلاه ملزم به استفاده از دستکش در حین کار می باشند.

۵- برای هر یک از شاغلین جایگاه مناسبی جهت نگهداری لباس و وسایل شخصی در نظر گرفته شود.

۶- به تناسب تعداد کارکنان به ازای هر نفر حداقل $2/5$ متر مربع اتاق استراحت مطابق با موازین بهداشتی در نظر گرفته شود.

تبصره: در هر حال مساحت اتاق استراحت نباید کمتر از $7/5$ متر مربع و ارتفاع سقف آن کمتر از $2/8$ متر باشد.

۷- کارکنان می بایست دارای وسایل نظافت، شستشو و استحمام اختصاصی باشند.

۸- کلیه مواد غذایی فاسد شدنی باید در یخچال و سردخانه مناسب نگهداری شود و مدت آن بیش از زمانی نباشد که ایجاد فساد و یا تغییر کیفیت نماید.

۹- وجود یخچال مجهز و مناسب با حجم کافی الزامی می باشد، یخچال و سردخانه باید مجهز به دماسنج باشند.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

- ۱۰- جعبه کمکهای اولیه با حداقل مواد و وسایل تهیه و در محل مناسب نصب گردد.
- ۱۱- قرار دادن همزمان مواد غذایی پخته و خام و همچنین شسته و نشسته در کنار هم در یخچال ممنوع بوده و یخچال و سردخانه همواره باید تمیز و عاری از هرگونه بوی نامطبوع باشد.
- ۱۲- ظروفی که در تهیه و طبخ و سرو مواد غذایی مورد استفاده قرار می گیرند باید مجاز و مورد تایید کارشناسان بهداشت باشد و همواره تمیز و در محفظه های تمیز و مخصوص نگهداری شوند.
- ۱۳- محل پخت و توزیع باید از مکان های آلوده به دور بوده و شرایط پخت باید بگونه ای باشد که برای قسمت های مجاور آن مزاحمتی ایجاد ننماید.
- ۱۴- فضای پخت و توزیع باید با تعداد کارگران و حجم کار متناسب باشد تا کار تهیه و طبخ غذا به راحتی انجام شود.
- ۱۵- پوشش سقف آشپزخانه و هر نوع محل طبخ باید صاف، به رنگ روشن و بدون درز و ترک خوردگی باشد.
- ۱۶- وضع درها و پنجره باید:
 - درها و پنجره ها از جنس مقاوم، سالم، بدون ترک خوردگی و شکستگی و زنگ زدگی و قابل شستشو و همیشه تمیز باشد.
 - درهای ورود و خروج باید از نوع خود بسته شو بوده و کلیه درب ها و پنجره های باز شو باید به توری ضد زنگ مجهز باشند.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

- پنجره باز شو مجهز به توری سالم و مناسب باشد به نحوی که از ورود حشرات به داخل جلوگیری نماید.

۱۷- کف ساختمان ها باید دارای شرایط زیر باشد:

- از جنس مقاوم، صاف بدون درز و قابل شستشو باشد.

- دارای کف شور به تعداد مورد نیاز مجهز به شتر گلو و نصب توری ریز روی آن الزامیست.

- ساختمان دیوار از کف تا سقف از مصالح مقاوم بوده و طوری باشد که از ورود حشرات و جوندگان جلوگیری بعمل آید.

- سطح دیوار ها باید صاف، بدون درز و شکاف و به رنگ روشن باشد.

- پوشش بدنه دیوار محل تهیه مواد غذایی، آشپزخانه، آبدار خانه، انبار مواد غذایی، سرویس های بهداشتی و حمام باید تا سقف کاشی یا سرامیک به رنگ روشن باشد.

۱۸- روشنایی محل پخت با در نظر گرفتن پنجره و چراغ کافی به نحو مطلوب تامین گردد.

۱۹- آب مصرفی باید مورد تایید کارشناسان بهداشت باشد.

۲۰- کلیه اماکن و مراکز مشمول این دستورالعمل باید دارای سیستم جمع آوری و دفع بهداشتی زباله و فاضلاب مورد تایید کارشناسان بهداشت باشد.

۲۱- قفسه بندی و پالت گذاری در انبار مواد غذایی به نحو مطلوب و مناسب انجام شود.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

-
- ۲۲- برای کارکنان باید سرویس بهداشتی و حمام مجهز به شیر آب گرم و سرد با شرایط لازم بهداشتی در محل مناسب و به تعداد مورد نیاز مطابق با آیین نامه بهداشت اماکن وجود داشته باشد.
- ۲۳- دستشویی ها باید مجهز به صابون مایع و خشک کن مناسب بوده و وجود سطل آشغال در کنار دستشویی الزامی است.
- ۲۴- محل پخت باید دارای تهویه موثر بوده و بر روی اجاق ها نصب شده باشد و سطح داخلی و خارجی آن تمیز باشد.
- ۲۵- آشپزخانه و سالن های سلف سرویس باید دارای وسایل سرمایشی و گرمایشی کارآمد و متناسب با فصل باشد.
- ۲۶- کف آشپزخانه باید روزانه با محلول ضدعفونی کننده شستشو گردد.
- ۲۷- محل شستشو و نگهداری ظروف باید در مجاورت محل پخت ولی مجزا و مستقل از آن باشد. جهت شستشوی ظروف ترجیحا از ماشین های اتوماتیک و در غیر اینصورت از ظرفشویی های سه مرحله ای استفاده شود.
- ۲۸- چیدمان و نگهداری ظروف و تجهیزات و وسایل بگونه ای باشند که خطر سقوط وجود نداشته باشد و مزاحمتی برای رفت و آمد ایجاد نکند.
- ۲۹- ورود افراد متفرقه به آشپزخانه ممنوع می باشد.
- ۳۰- نظافت عمومی و زیبایی ظاهری به نحو مناسب رعایت شود.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۳۱- وسایل اطفاء حریق به تعداد کافی و در محل های مناسب نصب گردد و با توجه به نوع خاموش کننده در فواصل منظم و معین جهت بازرسی آنها اقدام گردد.

۳۲- توزیع غذا باید بگونه ای باشد که باعث ازدحام مراجعین و اتلاف وقت آنها نشود.

۳۳- با توجه به تعداد مراجعین در غذا خوری، تعدادی از پرسنل با چرخ دستی مناسب ظروف غذای سرو شده را جمع آوری و در همان حال سطوح میز را برای مراجعین بعدی تمیز نمایند .

۳۴- سطح میزها باید صاف، تمیز ، سالم و بدون درز و روکش آنها از جنس قابل شستشو و به رنگ روشن باشد، صندلی و نیمکت ها نیز باید همواره تمیز و سالم باشند.

۳۵- استعمال دخانیات در آشپزخانه، رستوران و کلیه اماکن مشمول این دستورالعمل ممنوع می باشد.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

ب- بهداشت محل سکونت، اتاق خواب و مهمانسراهای دانشگاه

خوابگاه دانشجویی به عنوان یکی از امکانات رفاهی دانشگاه مکانی است که دانشجویان حائز شرایط در طول تحصیل به صورت فردی و یا گروهی قسمتی از اوقات خود را، برابر مقررات مربوطه در آن می گذارند که یکی از این مقررات ها قوانین مربوط به بهداشت فردی و اجتماعی دانشجویان است .

ایجاد آرامش : محیط خوابگاه به خاطر دارا بودن جنبه عمومی با محیط منزل و خانواده بسیار متفاوت است و انتظار می رود که دانشجویان ساعت استراحت و مطالعه و مکالمه با تلفن را رعایت کرده تا مزاحم هم اتاقی های خود نباشند . آرامش شرط اول یادگیری است . ساعت عرفی برای استراحت ۲۲ الی ۷ صبح می باشد که رعایت سکوت در این ساعات نشان دهنده بلوغ روانی دانشجویان است.

نظافت و نگهداری مکان های عمومی : مکانهای عمومی شامل سالن مطالعه - سالن ورزش - سالن تلویزیون - آشپزخانه های عمومی - سرویس های بهداشتی و حمام ها برای استفاده عموم دانشجویان است و هزینه گزافی بابت تجهیز این مکانها صرف می شود نظافت و بهداشت و نگهداری این مکان ها بسیار حائز اهمیت است.

امکانات ورزشی

لوازم ورزشی تعبیه شده در خوابگاهها برای استفاده عموم است در نگهداری آن کوشا باشید . به طور منظم در طول هفته از این امکانات استفاده کنید و خود را هر چه بهتر و بیشتر برای مطالعه و

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

درس خواندن آماده کنید چرا که ورزش زمینه ای برای سلامت جسم و روح است که سلامت عقل در گرو این دو مطلب است . (انجمن قلب و عروق آمریکا و متخصصان پزشکی ورزشی حداقل زمان ورزش را ۷۲ دقیقه در هفته می دانند که به سلامت جسم کمک می کند .)

مشاوره

اتاق های مشاوره در خوابگاه ها برای رفع مشکلات شماست زمانی که نیاز دارید با کسی صحبت کنید این دوستان همراه شما هستند . مشاوره با دوستان و هم خوابگاهیان بسیاری مواقع باعث مشکلاتی می شود که جبران نا پذیر است پس توصیه می شود حتماً در مواقع لزوم به این دوستان مراجعه کنید .

الزامات بهداشتی در خوابگاه

- ۱- برای هر فرد تازه وارد باید از ملحفه و روبالشی تمیز و سالم استفاده شود . و این وسایل بایستی هر دو هفته یکبار با آب گرم و شوینده مناسب شسته و با نور آفتاب خشک گردد.
 - ۲- استفاده از تختخواب های فرسوده، شکسته و دارای گود رفتگی و همچنین استفاده از لحاف، پتو، تشک و بالش کثیف و مندرس و بدون ملحفه ممنوع می باشد.
 - ۳- دانشجویان موظفند بهداشت عمومی و فردی را در خوابگاه رعایت نمایند.
- الف- رعایت بهداشت فردی : لوازم استحمام از قبیل کیسه حمام و لیف و حوله و همچنین دمپایی و روسری و کلاه و وسایل خواب بایستی اختصاصی باشد ، لذا دانشجویان نباید از لوازم شخصی یکدیگر استفاده کنند.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

- ب- رعایت بهداشت عمومی : با شستن به موقع ظروف از تجمع میکروب ها و حشرات موزی و بوی نامطبوع جلوگیری کنید با رعایت بهداشت عمومی علاوه بر حفظ بهداشت از لحاظ جلوه ظاهری مکان مرتب و شکیلی را مشاهده می کنید .
- ۴- در صورتیکه دانشجویی موارد آیین نامه بهداشتی را رعایت ننماید و تذکرات مسئولین خوابگاه و مسئول بهداشت را نادیده بگیرد طبق تصمیم کمیته انضباطی و شورای اسکان سکونت در خوابگاه از وی سلب خواهد شد.
- ۵- نظم و نظافت شخصی داخل اتاق ها برعهده خود دانشجویان می باشد و لازم است روزانه نسبت به جارو و نظافت محل سکونت، شستشوی ظروف کثیف و.... اقدام نمایند.
- ۶- از نگهداری کارتن و هرگونه وسایل اضافی، تشک های ابری، بالش های مندرس و کهنه و..... زیر تخت ها و تراس ها خوداری شود.
- ۷- هرگونه پخت و پز در محل خوابگاه بایستی در آشپزخانه های مخصوص و با رعایت نکات ایمنی و بهداشتی انجام شود و استفاده از وسایل گاز سوز و هرگونه پخت و پز در محل اتاق ها ممنوع می باشد.
- ۸- دانشجویان نباید بیش از ظرفیت یخچال مواد غذایی در آن قرار دهند و از نگهداری پلاستیک ، و ظروف خالی و میوه های کپک زده و غذا های مانده در یخچال جدا خوداری شود.
- ۹- پاکیزه نگهداشتن قسمت های داخلی یخچال و نظافت هفتگی آن بر عهده دانشجویان می باشد.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

- ۱۰- ریختن نان خشک و پسماند های خشک مانند پلاستیک ، کاغذ و شیشه در سطل زباله خوداری شود و بایستی از سطل زباله مخصوص استفاده شود.
- ۱۱- دانشجویان بایستی در ساعاتی از روز نسبت به باز گذاشتن پنجره اتاق جهت تعویض هوا و تهویه مطبوع اقدام نمایند.
- ۱۲- دانشجویان از گذاشتن لباس ها و سایر لوازم شخصی در حمام ها و سایر مکان های عمومی به منظور رعایت بهداشت و جلوگیری از انتقال بیماری خوداری نمایند.
- ۱۳- دانشجویان به منظور جلوگیری از انتقال بیماری های مشترک بین انسان و دام و سایر موارد بهداشتی مجاز به نگهداری از سگ ، گربه، پرندگان، خزندگان در داخل خوابگاه نمی باشند.
- ۱۴- همه اتاق ها بایستی مجهز به سطل زباله مناسب با حجم کافی باشد.
- ۱۵- سطل زباله باید در پوش دار، ضد زنگ، قابل شستشو و مجهز به کیسه زباله باشد و در محل مناسبی نگهداری و اطراف آن همیشه تمیز باشد.
- ۱۶- ایجاد هر گونه مزاحمت که سبب سلب ساکنین خوابگاه گردد ممنوع می باشد.
- ۱۷- با توجه به اینکه هر خوابگاهی رابط بهداشت دارد لازم است دانشجویان نهایت همکاری را با ایشان انجام دهند.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی جیرفت
Jiroft University of Medical Sciences

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۱۸- خوابگاه ها و مهمانسراها می بایست مجهز به علائم و نشانه های ایمنی مانند مسیر های خروج در شرایط اضطرار و همچنین شماره تماس های اضطراری در معرض دید و در محل مناسب نصب گردد.

سرویس های بهداشتی

- ۱- تعداد سرویس های بهداشتی (توالت ، دستشویی) متناسب با جمعیت ساکن باشد.
- ۲- تهویه به نحوی صورت گیرد که همیشه هوای داخل توالت یا دستشویی سالم و عاری از بو باشد.
- ۳- وسایل نوری و روشنایی بدون نقص باشد.
- ۴- سقف بدون شکاف و تمیز باشد.
- ۵- سطح کف زمین بدون فرو رفتگی دارای شیب مناسب و تمیز باشد.
- ۶- دیوار ها از جنس مقاوم، قابل شستشو و تمیز باشد.
- ۷- در و پنجره ها و شیشه ها سالم و مجهز به توری سیمی ضد زنگ باشند.
- ۸- شیر های آب و شلنگ ها باید سالم باشند.
- ۹- از کاسه توالت و سنگ دستشویی صاف و سالم از جنس مرغوب استفاده شود و همواره تمیز باشد.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۱۰- سیستم فاضلاب (از نظر گرفتگی لوله، سالم بودن لوله های فاضلاب، استفاده از سیفون و...) بهداشتی باشد و ضدعفونی روزانه انجام شود.

۱۱- توالت ها دارای سطل زباله درپوش دار، تمیز، ضد زنگ و مجهز به کیسه زباله باشند.

۱۲- سم پاشی به صورت مرتب و اصولی انجام شود و نباید هیچگونه حشره ای در سرویس بهداشتی دیده شود.

حمام

۱- تعداد حمام ها باید به تعداد کافی و متناسب با جمعیت ساکن باشد.

۲- سطح کف زمین بدون فرو رفتگی، دارای شیب مناسب و همواره تمیز باشد.

۳- سقف باید بدون شکاف و تمیز باشد.

۴- دیوار ها باید از جنس مقاوم، قابل شستو و تمیز باشند.

۵- حمام باید از وسایل روشنایی کافی و بدن نقص برخوردار باشد.

۶- دوش ها و شیر های آب همواره تمیز و سالم باشند.

۷- تهویه به نحو مطلوب صورت گیرد و فضای حمام عاری از بو و بخارات باشد.

۸- ضدعفونی دوش ها و محوطه حمام باید روزانه انجام شود.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۹- سیستم فاضلاب (از نظر گرفتگی لوله ها، استفاده از سیفون، عدم پوسیدگی لوله های فاضلاب و...) بهداشتی باشد.

۱۰- حمام ها دارای سطل زباله درپوش دار، تمیز و ضد زنگ و مجهز به کیسه زباله باشند.

۱۱- سمپاشی به صورت مرتب و اصولی انجام شود و نباید هیچگونه حشره ای در حمام دده شود.

آشپزخانه

۱- سقف آشپزخانه و سطح کف زمین بدون فرو رفتگی، قابل شستشو و همواره تمیز باشد.

۲- دیوار باید از جنس مقاوم، قابل شستشو و تمیز باشد.

۳- تهویه به نحوی انجام گیرد که هوای داخل آشپزخانه سالم باشد.

۴- پنجره ها باید مجهز به توری ضد زنگ باشند.

۵- آشپزخانه باید از وسایل کافی و بدون نقص برخوردار باشد.

۶- از سطل های زباله درپوش دار مناسب با کیسه پلاستیکی در آشپزخانه استفاده شود.

۷- شیرهای آب سیستم فاضلاب (از نظر گرفتگی لوله ها، استفاده از سیفون، عدم پوسیدگی لوله های فاضلاب و...) بهداشتی باشد. سالم باشند.

۸- ضدعفونی محل آشپزخانه به صورت روزانه انجام شود.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۹- وسایل پخت مناسب و همواره تمیز باشد.

۱۰- سمپاشی به نحو مطلوب صورت گرفته و هیچگونه حشره ای نباید در آشپزخانه دیده شود.

۱۱- یخچال به تعداد کافی و مناسب وجود داشته باشد و همواره تمیز باشد.

۱۲- ظرفشویی به تعداد کافی، سالم و مناسب باشد.

۱۳- آب سرد کن به تعداد کافی، سالم و تمیز وجود داشته باشد.

سیستم جمع آوری زباله

۱- از سطل زباله مناسب، درپوش دار، ضد زنگ و تمیز استفاده شود.

۲- تفکیک زباله صورت گیرد (زباله خشک شامل نان خشک، مواد پلاستیکی، کاغذ، فلزات و.... از زباله تر جدا شود).

۳- سطل زباله مجهز به کیسه زباله باشد.

۴- انبار موقت جمع آوری زباله باید مناسب، قابل شستشو و دارای شیب مناسب باشد.

۵- انبار موقت جمع آوری زباله روزانه نظافت و ضدعفونی شود.

۶- نباید در اطراف انبار موقت زباله وسایل و لوازم بلا استفاده انبار شود.

۷- تعداد سطل زباله و انبار موقت زباله متناسب با حجم زباله باشد.

شورای بهداشت، ایمنی و محیط زیست

دستورالعمل ایمنی و بهداشتی در خوابگاهها، غذا خوری ها و مهمانسراهای دانشگاه

۸- زباله ها از محل جمع آوری و انبار موقت زباله روزانه حمل و از محوطه خارج گردد.

عملیات کنترل جوندگان و حشرات موذی در خوابگاهها

۱- در های مشرف به فضای باز باید مجهز به توری سالم و مناسب و همچنین فنر دار باشد بطوریکه از ورود حشرات و جوندگان وسایر حیوانات جلوگیری نماید.

۲- مجاری و دهانه لوله های فاضلاب به توری سیمی با روزنه های ریز به منظور جلوگیری از ورود و خروج حشرات مجهز گردند.

۳- زباله های خود را در پلاستیکی که بتوان درب آن را بست قرار دهید تا از ازدیاد حیوانات موذی جلوگیری شود ، زباله ها را به موقع در شوتینگ ها قرار دهید که هر چه سریع تر از خوابگاه خارج شود .

۴- در زمانی که عملیات سمپاشی در خوابگاه انجام می شود، دانشجویان باید مواد غذایی و ظروف غذا را در محلی محفوظ و در کمد در بسته نگهداری کنند .

بازدیدهای دوره ای HSE می بایست از طریق دبیرخانه شورای HSE دانشگاه صورت پذیرد. موارد بررسی شده از طریق چک لیست مربوطه تکمیل، ثبت و نگهداری شود.