Aprobat

prin Hotărârea Guvernului nr. din

Regulament sanitar pentru taberele de odihnă și întremare a sănătății copiilor

* 1. **Dispoziţii generale şi domeniul de aplicare**

1. Regulamentul sanitar pentru taberele de odihnă și întremare a sănătății copiilor are drept scop stabilirea unor norme sanitare pentru exploatarea şi întreţinerea taberelor de odihnă și întremare a sănătății copiilor, indiferent de tipul de proprietate şi forma de organizare juridică, orientate spre odihna, protecţia şi fortificarea stării de sănătate, dezvoltarea fizică şi neuropsihică armonioasă a copiilor.
2. Prezentul regulament sanitar cuprinde norme sanitare pentru persoanele fizice și juridice cu atribuții în proiectarea, construcția/reconstrucția/renovarea, exploatarea și întreținerea taberelor de odihnă, precum și pentru instituțiile ce efectuează supravegherea de stat a sănătății publice.
3. Normele sanitare în cauză se extind asupra tuturor taberelor amplasate pe teritoriul Republicii Moldova.
4. Persoanele juridice și întreprinzătorii individuali anunță subdiviziunile Agenției Naționale pentru Sănătate Publică şi Agenţia Națională pentru Siguranţa Alimentelor cu 2 luni înainte de începutul activității taberelor de odihnă.
5. Managerii taberelor de odihnă sunt obligaţi să îndeplinească prescripțiile emise de subdiviziunile Agenției Naționale pentru Sănătate Publică (în continuare subdiviziunile ANSP), Agenţia Națională pentru Siguranţa Alimentelor (în continuare ANSA) și Agenția pentru Supraveghere Tehnică.
6. Taberele sunt destinate copiilor cu vârste de la 7 până la 18 ani. Ele se completează pe grupe a câte 20-25 de copii respectiv, pe patru categorii de vîrstă: 6 sau 7-11 ani (clasele primare), 12-14 ani, 15-16 ani (clasele gimnaziale) și 17-18 ani (clasele liceale).
7. Primirea copiilor se efectuează în baza certificatului medical pentru copiii care pleacă în tabăra de odihnă (anexa 1). Copiii cu nevoi speciale se primesc în baza lipsei contraindicațiilor medicale și prezenței certificatului medical pentru copiii care pleacă în tabăra de odihnă.
8. Capacitatea taberelor poate fi de până la 120, 160, 240, 360, 400 şi mai multe locuri. Taberele pot fi sezoniere şi cu regim de activitate permanent.
9. Taberele pot fi amplasate în suburbii, pe terenuri separate unde există condiţii favorabile de odihnă, iar cele cu sejur de zi - în instituții de învățământ primar, gimnazial și liceal.
10. Durata unui schimb este de la 10 – 12 până la 24 – 26 zile, inclusiv de la 9-11

până la 23 – 25 nopți. Se recomandă ca durata de activitate a taberelor cu sejur de zi să nu fie mai mică de 9 ore.

1. Despre situațiile excepționale care ar provoca apariția bolilor transmisibile și netransmisibile managerul taberei de odihnă anunță în decurs de 2 ore organele abilitate care desfășoară activități în domeniul sănătății publice.
2. Controlul pregătirii taberelor de odihnă și pe durata funcționării se efectuează în baza listei de verificare aprobată de către Ministerul Sănătății.

Controlul pregătirii blocurilor alimentare din cadrul taberelor de odihnă şi pe durata funcţionării se efectuează în baza listei de verificare aprobată de către Agenţia Naţională pentru Siguranța Alimentelor.

1. Obligația expresă a răspunderii tuturor subiecților responsabili pentru normele sanitare prevăzute în prezentul regulament sanitar.
2. Nerespectarea prevederilor prezentului Regulament atrage după sine răspundere disciplinară, civilă, contravențională și penală.
3. Supravegherea privind respectarea normelor sanitare stabilite în prezentul regulament sanitar se realizează de către Agenția Națională pentru Sănătate Publică în corespundere cu prevederile Legii nr. 10/2009 privind supravegherea de stat a sănătăţii publice (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2009, nr. 67, art. 183) cu modificările ulterioare.
4. Supravegherea respectării reglementărilor din domeniul siguranţei alimentelor se realizează de către Agenţia Naţională pentru Siguranța Alimentelor în corespundere cu prevederile Legii nr. 306/2018 privind siguranța alimentelor.
   1. Recepţionarea şi autorizarea funcţionării taberei
5. Până la sosirea copiilor în tabere de odihnă, o comisie specială constituită din reprezentanţii Agenției Naționale pentru Sănătate Publică (în continuare ANSP), Agenției Naționale pentru Siguranța Alimentelor (în continuare ANSA), Agenția pentru supraveghere tehnică, Autorităților publice locale şi organizaţiei sindicale verifică gradul ei de pregătire pentru funcţionare şi întocmeşte actul de recepție, conform anexei 2.
6. Autorizația sanitară de funcționare a taberei de odihnă se perfectează în baza următoarelor documente:
7. actul de recepţionare a taberei;
8. analiza apei din sursele de alimentare cu apă potabilă (apeducte, fântâni) care în prealabil au fost dezinfectate;
9. borderoul salariaţilor taberelor;
10. fişele medicale ale salariaţilor;
11. graficul schimburilor, cu pauze de 2 zile între acestea, pentru petrecerea curățeniei generale și dezinfecției tuturor încăperilor;
12. meniul model pentru 2 săptămâni coordonat cu subdiviziunea teritorială a Agenției Naționale pentru Sănătate Publică;
13. planul anual de măsuri privind profilaxia toxiinfecţiilor alimentare şi a bolilor diareice acute, care este coordonat cu subdiviziunea teritorială a Agenției Naționale pentru Sănătate Publică;
14. contract cu servicii autorizate pentru efectuarea lucrărilor de dezinfecție, dezinsecție, deratizare,
15. actul de executare a lucrărilor în încăperile taberei de odihnă şi pe teritoriul adiacent;
16. contract cu un laborator acreditat pentru investigarea de laborator a bucatelor finite sub aspect nutrițional;
17. contract cu servicii specializate de evacuare a deșeurilor;
18. avizele (deciziile) Agenției pentru supraveghere tehnică şi direcțiilor

situații excepționale teritoriale.

1. Se interzice funcţionarea taberei de odihnă fără autorizarea sanitară de funcționare eliberată de ANSP și autorizarea sanitar-veterinară eliberată de ANSA.
2. Permisul de funcţionare a taberelor de odihnă şi întremare a sănătăţii copiilor se eliberează pentru fiecare schimb de către subdiviziunile teritoriale ale ANSP (anexa 3) **şi ANSA (anexa 3.1).**
3. Pentru efectuarea curăţeniei generale şi dezinfecţiei pauza între schimburi trebuie să constituie 2 zile.
4. Se interzice angajarea la serviciu a salariaţilor fără ca ei să fie supuşi examenului medical și instruirii igienice conform legislației în vigoare.
   1. Norme sanitare pentru terenul aferent al taberelor
5. Taberele trebuie să fie amplasate pe terenuri separate, în apropierea pădurilor şi bazinelor de apă, creând astfel condiţii favorabile pentru odihnă şi întremarea sănătăţii

copiilor. Terenul trebuie să fie curat, uscat, bine aerisit şi insolat. El trebuie să fie amplasat cât mai departe de sursele de zgomot (automagistrale, căi ferate, aerodromuri și alte obiective de infrastructură aeronautică civilă, transformatoare electrice) şi poluare a aerului atmosferic (întreprinderi industriale) şi mai sus pe cursul râului de locul de scurgere a apelor reziduale la o distanță nu mai mică de 500 m. Taberele trebuie să dispună de căi accesibile de comunicaţie pentru toți copiii, inclusiv pentru cei cu dizabilități.

1. Nu se admite amplasarea taberelor în zonele de protecție sanitară. Distanța pe orizontală de la îngrădirea teritoriul taberei până la obiectele staționare cu emanări electromagnetice trebuie să fie minimum de: în cazul stațiilor de transformare a energiei electrice – 20 m, în cazul antenelor de emisie și retransmisie, liniilor aeriene electrice de tensiune înaltă etc. – 50 m.
2. În localitățile rurale casele particulare, încăperile pentru animale și clădirile sociale se amplasează la distanța de 50 m de la clădirea taberei.
3. Suprafaţa totală a lotului de pământ în dependenţă de capacitatea taberei trebuie să fie de 150 - 200 m2 pentru un copil. 1/2 din această suprafaţă trebuie să fie înverzită. Se interzice plantarea pe teren a copacilor şi arbuştilor cu spini, ce formează seminţe şi fructe otrăvitoare, şi celor ce provoacă alergie la copii.
4. Pe terenul taberei trebuie să fie instalate havuzuri de apă potabilă din considerentele - 1 havuz la 100 de locuri.
5. Pe teren e necesar de a prevedea suplimentar toalete canalizate (un scaun de WC-u la 30 de persoane) la distanţa nu mai mică de 50 m de la blocurile locative şi cantină.
6. Pe terenul taberelor de odihnă se prevăd următoarele sectoare funcţionale:
7. edificii şi instalaţii;
8. sportiv şi de întremare a sănătăţii;
9. economic sau de gospodărie.
10. Sectorul edificii include următoarele blocuri:
11. dormitoare pentru copii;
12. locative pentru personalul taberei;
13. administrative şi de gospodărie;
14. medicale;
15. culturale;
16. de inginerie.

31. Pe teritoriul taberei pentru copii cu dereglări a aparatului locomotor căile de acces nu trebuie să aibă o pantă mai mare de 5 grade, cu lăţimea cărării şi trotuarului nu mai puţin de 1,6m. La cotituri şi la fiecare 6 m trebuie să fie amenajate zone de repaus.

32. Pe teritoriul taberei pentru copii cu deficiențe severe de vedere în scopul siguranţei circulaţiei copiilor lăţimea cărărilor pentru plimbări trebuie să fie nu mai puţin de 3m şi să aibă câte un gard din ambele părţi în 2 niveluri: balustradă la înălţimea de 90cm şi leaţ la înălţimea de 15cm. În apropierea cotiturilor, intersecţiilor, clădirilor, stâlpilor şi altor obstacole cărările (pistele) ar trebui să aibă o structură mazarat de acoperire, suprafaţă rugoasă care servesc ca un semnal pentru a încetini mişcarea. Cărările (pistele) asfaltate trebuie să aibă un profil în formă de arc, în funcţie de lăţimea lor mijlocul pistei creşte peste părţile laterale cu 5-15 cm.

1. În zona sportivă care se proiectează din contul cel puţin 20 m2/copil sunt necesare de a amenaja terenuri sportive (conform anexei 4). Se recomandă amplasarea zonei sportive în apropierea masivelor verzi şi bazinelor de apă (lacuri, râuri). În timpul ocupaţiilor sportive e necesar de respectat următoarele cerinţe:
2. pe terenul sportiv copiii sunt admişi în echipament sportiv;
3. dispozitivele pentru sport şi jocuri mobile, locurile neuniforme din terenuri trebuie să fie îngrădite;
4. pe timp uscat şi călduros suprafeţele terenurilor sportive şi de joc e necesar de umezit cu 20 minute până la începerea ocupaţiilor;
5. copiii trebuie să fie bine instruiţi privitor la utilizarea corectă a utilajului şi inventarului sportiv.
6. Plaja trebuie să fie bine nivelată şi curăţită de gunoi şi pietre. Locul pentru scăldat, care se marchează cu semnele plutitoare de culoare vie, nu trebuie să aibă maluri abrupte, iar viteza apei curgătoare din râuri să nu depăşească 0,5 m/sec. Profunzimea trebuie să fie netedă, din nisip, fără adâncituri, plante acvatice, pietre ascuţite. Adâncimea piscinei trebuie să fie de la 0,7 până la 1,3 m.

Plaja trebuie să fie dotată cu panoul de informare a regulilor de folosire a piscinei cu indicarea orarului de vizitare a acesteia.

1. Plaja trebuie să fie bine insolată şi protejată de vânt. Suprafaţa minimală a plajei pentru un loc trebuie să fie de 4 m2, iar numărul de locuri - 50% din capacitatea taberei. Pe terenul plajei se amenajează cabine pentru schimbarea hainelor (1 pentru 50 copii), WC-ee (1 loc pentru 75 copii), duşuri (1 sită de duş pentru 40 copii) şi havuzuri cu apă potabilă (1 havuz pentru 100 de copii). WC-le se amplasează la o distanţă de 20 m de la hotarul plajei.
2. Tot pe terenul plajei sunt prevăzute şi amenajate terenuri pentru călirea organismului cu băi de aer şi raze solare cu suprafaţa de 2,5-3 m2 pentru un loc. Pe terenul plajei trebuie să fie prevăzut un punct de asistenţă medicală. Apa din piscină e necesar să fie supusă cercetărilor de laborator de 2 ori pe lună la indicii chimici şi bacteriologici.
3. În scopul profilaxiei maladiilor infecţioase şi a asigurării purităţii apei piscinei e necesar ca în timpul scăldatului copiii să respecte regulile igienei personale, iar apa să fie sistematic dezinfectată.
4. Apa din piscină trebuie să corespundă normelor sanitare prevăzute în anexa 7, tabelele 2, 3 din Hotărârea Guvernului nr. 1204/2010 privind aprobarea Regulamentului sanitar privind instituţiile de învăţământ complementar (extraşcolar).
5. În zona de gospodărie a taberelor sunt amplasate garajul, depozitele, teren pentru uscarea lenjeriei, teren pentru containere. Ea dispune de o intrare separată pentru transportul auto. Locul de colectare a resturilor şi deşeurilor trebuie să fie betonat sau asfaltat şi îngrădit cu o plasă. Mărimea locului aflării containerelor este mai mare cu 1,5 m (din toate părţile) decât suprafaţa containerelor. Containerele trebuie să fie închise cu capace, iar conţinutul lor să fie zilnic evacuat. Distanța de amplasare a containerelor de la blocurile de locuit, de odihnă, terenurilor prevăzute pentru activitățile fizice și sport, instalațiilor de apeduct trebuie să fie nu mai mică de 25m. Terenul de colectare a deșeurilor se îngrădește din 3 părți cu gard.
6. Terenul de pământ trebuie să fie îngrădit cu un gard cu înălţimea de 1 m. Nivelul iluminatului artificial la nivelul solului trebuie să fie nu mai mic de 10 lx în locul de aflare al copiilor.
7. Înainte de a deschide tabăra de odihnă se efectuează deratizarea, dezinsecția teritoriului, în scopul prevenirii bolilor transmisibile.
   1. Norme sanitare pentru clădirile taberelor
8. Componenţa şi suprafaţa încăperilor sunt indicate în anexa 5.

Clădirile taberelor de odihnă au cel mult două etaje. În clădirea taberei trebuie să fie incluse următoarele grupe de încăperi:

1. antreu şi săli de primire;
2. dormitoare
3. blocuri sanitare.
4. Blocurile taberelor se construiesc și se acomodează la necesitățile copiilor cu dizabilități prin următoarele mijloace: căi de acces conform normativelor și standardelor naționale în construcție, adaptate la necesitățile persoanelor cu dizabilități; WC accesibile; uși și ascensoare accesibile/largi; gresie și faianță nealunecoasă și cu reflecție perceptibilă de către persoanele cu dizabilități de vedere accentuate și medii etc., în conformitate cu cerinţele normativelor de stat în construcţii: CP C.01.02-2014 „Proiectarea clădirilor și construcțiilor cu considerarea accesibilității pentru persoanele cu dizabilități. Prevederi generale” și NCM C.01.06-2014 „Cerințe generale de securitate pentru obiectele de construcție la folosirea și accesibilitatea lor pentru persoanele cu dizabilități” (aprobate de Ministerul Infrastructurii și Dezvoltării Regionale).
5. Amplasarea încăperilor în clădirea taberei de odihnă trebuie să fie efectuată în aşa mod, ca echipele de copii (grupele) să fie separate unul de altul şi fiecare să dispună de toate încăperile necesare.
6. Pentru fiecare echipă se prevede un anumit set de încăperi:
7. dormitoare 3,5 - 4 m2 pentru un loc (până la 10 paturi);
8. blocuri sanitare: lavabouri cu lavoare (1 robinet la 8 copii), căzi pentru picioare (1 pentru 12 copii), un scaun de WC-u pentru 15 fete şi un scaun şi un pisoar pentru 20 de băieţi, duşuri (un duş pentru 20 de copii) şi cabine igienice pentru fete (1 pentru 2 echipe);
9. antreu, garderobe (vestiarul) cu camera pentru păstrarea valizelor, spălătoria;
10. terasă pentru odihnă.
11. Se interzice cazarea copiilor, petrecerea activităților artistice, amplasarea încăperilor medicale, sportive, sălilor festive în subsol și demisol.
12. Se admite amplasarea copiilor în corturi (nu mai mult de 5 persoane). Se admite dislocarea în corturi numai a copiilor claselor superioare din considerentele - nu mai mult de 20% din capacitatea taberei. Cortul trebuie să dispună de podea din lemn şi bordură contra vântului. În corturi e necesar de a instala paturi, noptiere, dulapuri pentru păstrarea îmbrăcămintei. În jurul cortului trebuie să fie şănţuleţe cu înclinare (de la cort) pentru scurgerea apelor de ploaie.
13. Într-o clădire sau bloc izolat se permite dislocarea a nu mai mult de 2-4 grupe. Numărul locurilor în dormitor pentru copiii din clasele primare - nu mai mult de 10, iar pentru ceilalţi copii - nu mai mult de 5.
14. Grupa încăperilor de recepţie include: antreu, sala de recepţie, punctul medical şi izolatorul.
15. Izolatorul taberei trebuie să fie amplasat separat sau în blocul medical. Componența încăperilor blocului medical sunt menționate în anexa nr. 6.
16. Fiecare tabără trebuie să dispună de bloc alimentar. Blocul alimentar se amplasează la parter. În blocul alimentar trebuie să fie toate încăperile necesare pentru prepararea bucatelor, inclusiv secţiile de prelucrare a cărnii, peştelui şi a legumelor, depozitarea produselor alimentare, prelucrarea bucatelor, spălarea cazanelor, tăcâmurilor şi veselei, WC cu duş pentru bucătari etc. (suprafața încăperilor tehnologice și auxiliare, inclusiv a depozitelor trebuie să corespundă capacităților taberei). Sufrageria taberei este prevăzută pentru deservirea concomitentă a tuturor copiilor (1 m2 pentru un loc în sală). Pentru copiii claselor 1-4 se recomandă săli separate cu capacitatea de până la 100 copii. În tabere (pentru perioada de vară) se admite aranjarea lavoarelor pe terase acoperite în apropierea intrării în sufragerie.
17. În tabere e necesar de prevăzut încăperi de menire culturală (estradă, încăperi pentru cercuri, biblioteca, sala pentru lectură, etc.).
    1. Amenajarea sanitară a clădirii și a încăperilor taberei
18. Clădirile taberelor de odihnă trebuie să fie racordate la sistemul de apeduct și canalizare centralizate. Calitatea apei trebuie să corespundă normelor sanitare prevăzute în Legea nr. 182 din 19.12.2019 privind calitatea apei potabile.
19. Norma de consum a apei pentru 1 loc este de 100 litri/zi, inclusiv apă fierbinte 40 litri/zi.
20. Cu apă fierbinte sunt asigurate secţiile de prelucrare a produselor şi pregătire a bucatelor, spălătoriile blocului alimentar, spălătoria de lenjerie, blocurile sanitare, punctul medical, piscina.
21. În cazul, când taberele sunt amplasate în localităţi, care nu dispun de canalizare centralizată, se permite construirea instalaţiilor locale de epurare a apelor reziduale.
22. Încălzirea încăperilor este prevăzută numai în caz, dacă taberele funcţionează în sezonul rece. Temperatura aerului din dormitoare trebuie să fie cel puţin 18°C şi în saloanele izolatorului - 20°C. Se interzice utilizarea convectoarelor cu gaz pentru încălzirea încăperilor şi a cazangeriilor amplasate în incinta clădirilor sau alipite de ele.
23. În încăperile clădirii în care se află copiii nivelul umidității relative trebuie să fie de 40- 60%, iar viteza curenților de aer nu mai mare de 0,1m/sec.
24. Zilnic toate încăperile se supun ventilației naturale. Nu se permite aflarea copiilor în prezența curenților de aer și de ventilare a încăperilor de aflare a copiilor prin WC - ee.
25. Încăperile blocului alimentar, WC-urile, duşurile trebuie să dispună de sisteme de ventilaţie mecanică prin reflux.
26. Toate încăperile taberelor trebuie să beneficieze de iluminare naturală și artificială. Parametrii iluminatului natural și artificial trebuie să corespundă normelor sanitare prevăzute în NCM C. 04.02:2017 "Exigențe funcționale. Iluminatul natural și artificial".
27. Draperiile se trag numai în timpul somnului copiilor, în celelalte cazuri în dormitoare se asigură regimul de insolație.
28. În calitate de sursă de iluminare în dormitoare, încăperile medicale, de ocupații se folosesc lămpi luminiscente sau incandescente, iar în spălătorie, blocurile sanitare - cu armătură de protecție contra umezelii. Se interzice folosirea într-o încăpere a sistemului de iluminare de diferit tip.
29. Pentru utilizarea rațională a iluminatului artificial și uniform se folosesc materiale de finisare cu nuanță mată de culoare deschisă.
    1. Finisarea încăperilor şi dotarea lor
30. În încăperile de bază ale taberelor de odihnă suprafeţele pereţilor, tavanelor şi duşumelelor trebuie să fie netede pentru a permite efectuarea curățării și a dezinfecției lor.
31. Utilajul şi mobilierul încăperilor taberelor de odihnă trebuie să corespundă normelor sanitare. Mobila trebuie să corespundă taliei copiilor.
32. În dormitoare se interzice folosirea paturilor cu două nivele. Dormitoarele trebuie dotate cu noptiere, scaune, masă, dulap pentru haine și încălțăminte. Materialele din care este confecționat mobilierul trebuie să fie supus ușor prelucrării umede și cu substanțe biocide. Fiecare loc de dormit se dotează cu saltea cu husă, pernă, plapumă, lenjerie de pat și 3 prosoape (de față, baie și picioare).
33. Ferestrele dormitoarelor se dotează cu instalații protectoare de insecte, de soare sau draperii.
34. În blocurile locative a copiilor se creează condiții de uscare a hainelor, încălțămintei.
35. În WC - ee trebuie să fie coșuri pentru gunoi, suporturi pentru hârtie igienică, săpun lichid, șervețele de unică folosință sau uscătoare electrice.
36. Clădirile taberei trebuie să fie proiectate, ţinînd cont de accesul tuturor categoriilor de copii, inclusiv al celor cu necesități speciale - dificultăți locomotorii, de văz și alte afecțiuni.
37. Toate încăperile taberei trebuie să corespundă condiţiilor pentru accesul la acestea. Categoriile de copii cu cerințe educaționale speciale (conform tuturor tipurilor de afecţiuni) şi numărul de locuri trebuie să fie stabilite conform temei de proiect pentru specificul instituţiei respective.
38. În caz că aceste exigenţe lipsesc, în fiecare grup trebuie prevăzute cîte 1-2 locuri, echipate pentru copii cu cerințe educaționale speciale, în funcţie de fiecare tip de afecţiune - mobilitate redusă, deficienţe de vedere sau auz.
39. Condiţiile pentru proiectarea accesului, după cum urmează:

a) dimensiunile golurilor uşilor la intrare în încăperi, organizarea rutei fără bariere (ţinînd cont de modul de deplasare şi virare a căruciorului);

b) zona fără bariere a locurilor speciale pentru copii;

c) echipamentul special pentru locurile copiilor;

d) sistemele de mijloace de asistenţă individuală la deplasarea şi fixarea corpului

la şedere;

1. echipamentul auxiliar şi posibilitatea de a-l folosi (iluminarea artificială şi naturală, schimbul de aer, sistemul de informare şi telecomunicaţii).
2. În incinta încăperilor de menire culturală pentru copiii cu deficienţe severe de vedere şi copiii cu retard mintal trebuie să fie mese universale individuale, cu parametri reglabile, design simplu şi construcţii sigure.
3. Aria mesei pentru copiii cu deficienţe de văz trebuie să fie de minimum 1,0m lăţime şi de 0,6 m lungime pentru instalarea literaturii tipărite cu caractere Braille şi a tiflotehnicii.
4. Dimensiunile minime ale zonei unui singur loc, ţinînd cont de virajul căruciorului, trebuie să fie de 1,8m x 1,8 m.
5. În încăperile de menire culturală pentru copiii cu dezabilități ale aparatului locomotor se prevede mobilier special.
6. În încăperile punctului medical pentru copiii cu cerințe educaționale speciale (cu deficienţe în dezvoltare fizică şi/sau mintală) trebuie să se prevadă condiţii pentru organizarea măsurilor curativ-profilactice.
   1. Norme sanitare pentru întreţinerea sectorului şi încăperilor taberei
7. Toate încăperile taberelor se păstrează în ordine şi curăţenie. Dereticarea umedă a încăperilor se face zilnic cu ferestrele şi oberlihturile deschise, folosind detergenţi, iar a dormitoarelor - de 2 ori (după somnul de noapte şi de zi).
8. La sfârșitul fiecărui schimb se face dereticarea generală. În calitate de produse biocide se folosesc numai acele admise de Ministerul Sănătăţii indicate în Registrul Național al produselor biocide disponibil pe pagina web a ANSP.
9. Înaintea fiecărui schimb toată lenjeria de pat se schimbă, se spală și se calcă.
10. Instalaţiile sanitare, pereţii, podelele, mânerile uşilor WC-urilor se spăla zilnic, folosind detergenţi şi substanțe biocide. Graficele de efectuare a curățeniei se plasează la vedere.
11. În spălătorii, duşuri, sălile igienice şi veceu de curte, podelele, pereţii, mânerile uşilor e necesar de spălat zilnic cu apă fierbinte cu folosirea detergenţilor. Podelele, în dependenţă de impurificarea lor, se prelucrează nu mai rar de 3 ori pe zi.
12. Scaunele de WC e necesar de spălat cu ajutorul periilor de 2 ori pe zi, folosind detergenţi.
13. Containerele pentru resturile menajere trebuie curăţite zilnic cu spălarea şi dezinfectarea lor ulterioară.
14. Dereticarea lotului de pământ se efectuează zilnic cu 1-2 ore până la ieşirea copiilor pe teren şi pe măsura poluării lui. Resturile menajere se adună pe terenul de acumulare a reziduurilor. Pe teritoriul taberei de odihnă se interzice arderea resturilor menajere şi frunzelor uscate. Dereticarea lotului de pământ se face numai după o stropire cu apă.
15. Pentru a preveni pătrunderea muştelor în încăperi, ferestrele blocului alimentar, dormitoarelor, spălătoriei, WC-urilor se îngrădesc cu tifon sau plase de metal dese (dimensiunea ochilor plasei - 1,2-2 mm). Măsurile de combatere a muştelor sunt indicate în anexa 7.
16. În toate încăperile cantinei e necesar, zilnic, de efectuat curăţenie. Efectuarea curăţeniei în încăperi, spălarea utilajului şi inventarului, precum şi efectuarea curăţeniei în sălile de mese e necesar de efectuat după servirea bucatelor. Mesele trebuie să fie acoperite cu înveliș igienic. Ele se vor curăţa şi spăla după servirea bucatelor. Personalul tehnic efectuează dereticarea sufrageriei. La finele fiecărui schimb se va efectua ziua de igienizare cu dezinfecţia încăperilor, utilajului şi inventarului. La fiecare 7 zile se spală pereţii, armura de iluminat cu folosirea preparatelor destinate pentru acest scop, curăţarea geamurilor de praf şi funingină etc.
17. Inventarul pentru efectuarea curăţeniei (vase, căldări, perii, cârpe, teu) trebuie să fie marcat conform destinației şi păstrat în stare curată, separat în dulapuri. Inventarul pentru efectuarea curăţeniei în closete şi lavoare trebuie să fie vopsit în culori roşii sau oranj şi păstrat separat. Tot inventarul după folosirea lui e necesar de spălat cu apă fierbinte cu folosirea detergenţilor şi a substanțelor biocide.
18. În tabără e necesar de amenajat un depozit corespunzător (3 camere) pentru păstrarea articolelor de pat, albiturilor curate şi dezinfectate (saltele, perne, plapume pe rafturi sau în dulapuri). Tabăra trebuie să dispună de 3 seturi de lenjerie de pat.
19. Schimbul lenjeriei şi a prosoapelor (pentru faţă şi picioare) se efectuează cel puțin o dată în săptămână. Lenjeria murdară se strânge în saci speciali (din stofă sau muşama). În astfel de saci lenjeria se colectează într-o odaie specială cu intrare separată, de unde este adusă la spălătorie. După folosirea lor sacii din stofă se spală, în caz de infecţie - cu substanţe biocide. Încăperea pentru lenjeria murdară e necesar să fie dezinfectată după ce a fost transportată la spălătorie.
20. Accesul copiilor la baie este asigurat nelimitat fiind organizat eficient consumul de apă, pentru a nu fi depășită norma de consum pentru un loc/zi.
21. Materialele destinate pentru finisarea încăperilor trebuie să fie inofensive pentru copii și ușor supuse prelucrării umede și tratării cu substanțe biocide.
22. În perioada aflării copiilor în tabără nu se permite efectuarea lucrărilor de reparație capitale sau curente.
    1. Organizarea alimentaţiei și nutriția copiilor
23. Funcţionarea şi întreţinerea blocului alimentar al taberelor de odihnă și întremare a sănătății copiilor trebuie să corespundă prevederilor Hotărârii Guvernului nr. 1209 din 8 noiembrie 2007 „Cu privire la prestarea serviciilor de alimentaţie publică”.
24. Organizarea alimentaţiei copiilor se efectuează conform prevederilor Ordinului Ministerului Sănătății nr. 638 din 12.08.2016 „Cu privire la implementarea recomandărilor pentru un regim alimentar sănătos și activitate fizică adecvată în instituțiile de învățămînt din RM”, cu completările și modificările ulterioare.
25. În alimentaţia copiilor se respectă următoarele principii:
26. asigurarea unei diversităţi alimentare, ceea ce înseamnă consumul pe parcursul unei zile al alimentelor din toate grupele şi subgrupele alimentare;
27. asigurarea unei proporţionalităţi între grupele şi subgrupele alimentare, adică un aport mai mare de fructe, legume, cereale integrale, lapte şi produse lactate, comparativ cu alimentele cu un conţinut crescut de grăsimi şi adaos de zahăr;
28. consumul moderat al unor produse alimentare, adică alegerea unor alimente cu un aport scăzut de grăsimi saturate şi de zahăr adăugat, cu excluderea totală a grăsimilor trans;
29. se interzice încălzirea bucatelor gata preparate.
30. Regimul de alimentaţie este de 4-5 mese în zi. Valoarea calorică este repartizată: dejun - 25%, prânz - 35%, gustarea - 10-15% şi cina - 20-25%. Cu o oră înainte de somn copiii servesc un pahar de lapte sau chefir.
31. Valoarea energetică a raţiei alimentare e de 2350-2800 kilocalorii. În raţia alimentară trebuie să se conţină: proteine 80-90 g, lipide 80-90 g şi glucide 330-390 g. Raportul dintre proteine, lipide şi glucide este de 1:1:4. Conţinutul proteinelor de origine animală trebuie să fie 60% din norma zilnică de proteine. Din cantitatea totală de lipide 20% trebuie să fie din contul uleiului vegetal, bogat în acizi graşi nesaturaţi.
32. În taberele de odihnă nu se admite recepţia produselor alimentare fără documentele necesare, cu termen de valabilitate expirat, cu semne de alterare. Produsele excesiv perisabile (carnea, laptele, brânza, smântâna etc.) trebuie să fie însoţite cu certificate sanitar-veterinare (forma F2), certificat de calitate, care conţin ziua şi ora producerii şi termenul (ora) final de realizare. Aceste certificate se vor păstra până la realizarea produsului dat. Nu se admite recepționarea produselor în lipsa etichetei, conform Legii nr. 279/2017 privind informarea consumatorului cu privire la produsele alimentare.
33. Personalul medical este responsabil de întocmirea şi realizarea meniului. Pentru copiii care necesită o dietă specială se perfectează un meniu separat reieşind din recomandările medicului şi/sau cererea părinţilor/reprezentantului legal. Lista copiilor cu diete speciale se acroşează la blocul alimentar și în cabinetul medical.
34. În scopul profilaxiei deficitului de micronutrienţi (vitamine şi săruri minerale) în alimentaţia copiilor se folosesc produse fortificate cu micronutrienţi.
35. Meniurile model sunt elaborate anual pentru 10 zile și sunt coordonate cu subdiviziunile teritoriale ale ANSP. Meniurile pentru alimentaţia copiilor sunt întocmite în baza meniului model.
36. Cantitatea de proteine în meniul model trebuie să asigure un aport caloric de 15% din necesarul energetic total, lipide 30% şi glucide 55%.
37. Produsele alimentare greu asimilabile (preparate din carne, peşte, ouă) sunt consumate în prima jumătate a zilei, iar cele uşor asimilabile (bucate din lapte, legume) – în a doua jumătate a zilei.

106. În cazul în care unele produse lipsesc, ele pot fi înlocuite cu altele conform normelor sanitare în vigoare, dintre cele recomandate copiilor.

107. La începutul activității în fiecare tabără de odihnă și întremare a sănătății copiilor se creează prin ordinul directorului o comisie de triere, în componenţa căreia intră bucătarul-şef sau bucătarul, un membru al echipei manageriale şi personalul medical, care efectuează aprecierea bucatelor. Se interzice distribuirea bucatelor gata fără aprecierea lor de către comisia de triere şi fără nota respectivă în registrul de triaj al articolelor culinare pentru fiecare fel de bucate.

108. Pentru alimentaţia copiilor bucatele sunt pregătite şi consumate în aceeaşi zi.

1. În taberele de odihnă și întremare a sănătății copiilor se admit următoarele tehnologii de preparare a bucatelor: fierbere, fierbere la aburi, înăbuşire, coacere.

Se interzic bucatele prăjite.

1. Prepararea şi prelucrarea culinară a produselor alimentare se efectuează în corespundere cu cerinţele tehnologice de pregătire a bucatelor la întreprinderile alimentaţiei publice. Bucatele trebuie să fie gustoase, uşor asimilabile, să conţină cantităţi maximale de vitamine, săruri minerale şi substanţe nutritive. Bucatele se pregătesc pentru fiecare masă aparte şi se realizează în decurs de o oră din momentul pregătirii lor numai la masa dată.
2. Legumele şi cartofii se pun la fiert când apa clocoteşte, iar vasele se închid cu capac. Legumele folosite în stare naturală (salate sau întregi) e necesar de spălat minuţios cu apă curgătoare, de curăţat, apoi iarăşi de spălat cu apă potabilă. Înmuierea prealabilă a legumelor (până la prelucrarea culinară) este interzisă. În salate uleiul vegetal se adaugă înainte de servirea lor.
3. Ouăle pot fi întrebuinţate numai după ce se fierb timp de 10-12 minute. Laptele înainte de întrebuinţare trebuie fiert timp de 2-3 minute. Bucatele din carne fiartă pentru felul doi şi carnea mărunţită, adăugată la felul întâi, necesită prelucrare termică dublă - fierberea în bulion, păstrându-se în el până la realizare. Pentru pregătirea omletei se folosesc numai ouă de categoria A. Omleta se pregăteşte, având un strat de 2,5 - 3 cm, în decurs de 8 - 10 min. la temperatura de 180°- 200°C în rolă. Budinca trebuie să aibă un strat de 3 - 4 cm şi să se pregătească în rolă la temperatura de 180°- 200°C timp de 20 - 30 min.
4. Produsele alimentare interzise în alimentația copiilor sunt prevăzute în anexa nr.2 din Recomandările pentru un regim alimentar sănătos și activitate fizică adecvată în instituțiile de învățământ din Republica Moldova, aprobate prin Ordinul Ministerului Sănătății nr. 638 din 12.08.2016.
5. Sortimentul de produse alimentare necesare unui copil într-o zi de turism trebuie să fie: pâine - 400 g; crupe şi macaroane - 200 g; zahăr - 50 g; unt - 50 g; fructe uscate - 50 g; conserve din carne sau peşte -100 g.
6. Responsabili de organizarea şi calitatea alimentaţiei copililor în tabere sunt directorul şi medicul.
7. Lucrătorii medicali supraveghează :
8. calitatea produselor prin efectuarea rebutării lor, determinând indicii organoleptici: aspectul exterior, consistenţa, culoarea, mirosul şi gustul, cu perfectarea documentelor necesare;
9. condiţiile de păstrare şi respectare a termenelor de realizare;
10. calitatea bucatelor cu colectarea probelor diurne;
11. asigurarea şi consumarea sortimentului de produse alimentare în timp de 10 zile, cu perfectarea listei de acumulare;
12. colectarea şi păstrarea corectă a probelor diurne a bucatelor;
13. respectarea regulilor igienei personale de către lucrătorii blocului alimentar.
    1. Regimul zilei copiilor
14. Regimul zilei în taberele de odihnă trebuie să fie diferenţiat în dependenţă de vârsta copiilor: 7-11 ani (clasele primare), 12-14 ani, 15-16 ani (clasele gimnaziale) și 17-18 ani (clase liceale). Elementele regimului zilei sunt menționate în anexa 8.
15. Se interzice organizarea activităților sportive când temperatura aerului depășește +28ºC. Activitățile sportive se organizează în dependență de particularitățile de vârstă și de nivelul de pregătire fizică.
16. Pentru copiii de 7-9 ani durata activităților social-utile este de - 1 oră/zi; 10- 11 ani - 1,5 ore; 12-13 ani - 2 ore; pentru adolescenţii de 14 ani și mai mari - 3 ore/zi.
17. În regimul de zi al copiilor trebuie incluse proceduri de călire. Procedurile de călire trebuie să includă: ocupațiile de educație fizică și sport, proceduri de apă și aer. Pentru organizarea procedurilor de călire este necesar de a respecta următoarele principii: treptat, sistematic, complex în dependență de particularitățile individuale ale copiilor.
18. Se interzice admiterea copiilor la efectuarea lucrărilor, care solicită efort fizic (mişcarea greutăţilor, tăierea lemnului, spălarea albiturilor), cu pericol pentru viaţă (spălarea geamurilor), cu pericol epidemiologic (efectuarea curăţeniei în WC-uri, lavoare, curăţarea lăzilor cu gunoi, prelucrarea cupei bazinului). Copiii nu vor fi de serviciu la sufragerie şi pe teren mai des de o dată în 7-10 zile.
    1. Educaţia fizică şi măsurile de întremare a sănătăţii
19. Formele de educaţie fizică folosite în tabere trebuie să corespundă vârstei, stării de sănătate, nivelului de dezvoltare fizică şi gradului de antrenare a copiilor.
20. În taberele de odihnă se practică:
21. gimnastica igienică de dimineaţă;
22. jocuri şi distracţii sportive;
23. călirea organismului cu băi de aer, soare şi apă;
24. ocupaţii cu educaţia fizică în grupe, cercuri, echipe, secţii, învăţarea înotului;
25. plimbări pe teren, participarea la excursii şi marşuri turistice;
26. participarea la competiţii sportive şi jocuri distractive. Activitatea de educaţie fizică se coordonează cu medicul taberei.
27. Medicul taberei repartizează copiii în grupe medicale de educaţie fizică: de bază şi pregătitoare. Copiii din grupa de bază au dreptul de a participa la toate competiţiile şi manifestările sportive fără restricţii, iar cei din grupa pregătitoare pot să se ocupe în unul din cercurile sportive, fără a participa la competiţii.
28. Gimnastica de dimineaţă e un element obligatoriu al regimului zilei copiilor. Ea se efectuează zilnic (pe timp de ploaie - în încăperi bine aerisite) în decurs a 10-15 minute, copiii fiind îmbrăcaţi în treninguri.
29. Vârsta copiilor, care pot participa la excursii şi marşuri turistice cu durata de 1-2 zile şi distanţa de parcurgere 10-25 km, trebuie să fie de cel puţin 7-10 ani. La fiecare 2-4 km se fac popasuri de 5-10 minute, iar la orele 12-1600 într-un loc uscat şi umbros se face un popas pentru odihnă şi alimentaţie. Înnoptarea copiilor poate fi organizată în corturi. Îmbrăcămintea şi încălţămintea trebuie să fie uşoară şi comodă, inclusiv pentru protecție solară. Normativele, ce ţin de organizarea măsurilor turistice şi excursiilor sunt menționate în anexa 9.
30. Toţi participanţii la trafic (marş) trebuie să se supună examenului medical. Rutele, locul pentru scăldat se controlează în prealabil de către instructorul de turism. Prezenţa medicului în timpul realizării măsurilor turistice e obligatorie.
31. Procedurile de călire trebuie să înceapă chiar din primele zile ale schimbului.
32. Băile de soare, având un randament sporit de acţiune asupra organismului copilului, necesită o dozare strictă. Ele se realizează sub supravegherea personalului medical, cel mai potrivit timp de aplicare a acestor băi se consideră orele 1000-1200 și 1600-1800 . Durata primei băi de soare este de 4 minute, a câte un minut pentru fiecare parte a corpului: spate, piept şi părţile laterale. Ulterior durata lor se mărește treptat cu 2-3 minute şi constituie cel mult 35-45 minute. Din primele zile după gimnastica de dimineaţă se face fricţiunea corpului cu un şervet umed, iniţial cu apă caldă (30-35°C), apoi cu rece (10-15°C).
33. Se recomandă ca copiii se scăldă zilnic, iar în zilele călduroase de 2 ori. Durata scăldatului în primele zile este de 5-7 minute, iar mai apoi treptat se mărește până la 25-30 minute. Iniţial, timp de o săptămână, temperatura aerului trebuie să fie nu mai mică de 23°C, iar a apei de 20°C, ca apoi temperatura apei să nu fie mai mică de 16°C pentru copiii din grupa de bază şi de 18° C pentru cei din grupa pregătitoare.
34. În timpul aflării copiilor în tabere se recomandă să fie învăţaţi a înota.
35. Termenul de practicare a educaţiei fizice după unele maladii acute sunt coordonate cu personalul medical.
    1. Educaţia pentru sănătate
36. Personalul medical elaborează planul de educaţie pentru sănătate a copiilor pentru fiecare schimb și coordonează cu specialiștii în domeniul sănătății publice. Educaţia pentru sănătate se efectuează de către personalul medical şi profesori/educatori.
37. Durata convorbirilor cu copiii este de 15-20 minute. Cele mai principale probleme sunt:
38. profilaxia intoxicaţiilor cu ciuperci, plante şi pomuşoare otrăvitoare;
39. profilaxia traumatismului la copii şi acordarea primului ajutor în caz de accidente;
40. prevenirea consumului de tutun, alcool şi droguri;
41. igiena personală;
42. profilaxia infecțiilor sexual transmisibile, SIDA;
43. profilaxia bolilor netransmisibile și infecțioase.
44. Educaţia pentru sănătate a copiilor se bazează pe prezentarea materialelor informative, lecțiilor, activităților interactive cu promovarea modului sănătos de viaţă.
    1. Cerințe privind îndeplinirea normelor sanitare și principiile organizării asistenţei medicale a copiilor
45. Managerul taberei de odihnă asigură:
46. informarea personalului taberei despre prevederile prevăzute în regulament;
47. condiții pentru respectarea normelor sanitare;
48. primirea la serviciu al personalului cu examen medical și instruire igienică;
49. mobilarea şi dotarea cabinetului medical şi izolatorului, asigurarea lor cu preparate medicamentoase şi material de pansament, documentaţie medicală;
50. organizarea măsurilor de dezinfecție, dezinsecție și deratizare a teritoriului și încăperilor taberei de odihnă.
51. Statele personalului medical se stabilesc în corespundere cu statele-tip ale personalului administrativ, pedagogic, medical etc. pentru tabere.
52. Activitățile efectuate de personalul medical al taberelor de întremare pentru copii se verifică de către specialiştii direcțiilor teritoriale ale ANSP.
53. Obligaţiunile personalului medical:
54. Efectuarea activităților organizatorice în ajunul sosirii în tabără a copiilor:
55. evaluarea preliminară a pregătirii încăperilor, lotului taberei, locurilor destinate pentru scăldat şi practicarea sportului;
56. recepţia taberei în ajunul sosirii copiilor de către organele abilitate;
57. controlul fişelor medicale a fiecărui lucrător al taberei;
58. efectuarea examenului medical al copiilor în ziua admiterii în tabără în scopul depistării bolnavilor;
59. verificarea certificatului medical al copiilor.
60. Activitățile curative şi profilactice a personalului medical al taberei:
61. observarea sistematică a sănătăţii copiilor, în special, a copiilor cu diverse devieri ale stării sănătăţii (grupa cu regim cruţător);
62. repartizarea copiilor în grupe de educaţie fizică;
63. respectarea igienei personale a copiilor și personalului taberei;
64. respectarea regimului zilei copiilor;
65. informarea instructorului de cultură fizică şi sport referitor la starea sănătăţii copiilor (păstrând confidențialitatea datelor cu caracter personal), despre regimul recomandat pentru copiii cu diverse devieri ale stării de sănătate;
66. primirea zilnică a copiilor bolnavi, izolarea lor, tratarea copiilor aflaţi în izolator, efectuarea spitalizării copiilor bolnavi în instituţiile curative, comunicarea după caz, cu părintele și/sau reprezentantul legal al copilului sau a medicului de familie și în caz de intoxicație alimentară informarea ANSP;
67. acordarea primului ajutor medical în caz de accidente şi insoțirea în cel mai apropiat staţionar;
68. semnalizarea urgentă în instituţiile medicale sanitare din localitatea cea mai apropiată despre cazurile de afecţiuni, organizarea spitalizării şi transportării la spital a celor afectaţi;
69. efectuarea organizării alimentației copiilor: calitatea produselor transportate, condiţiile de păstrare a acestora, respectarea termenelor de realizare, tehnologiei de pregătire a bucatelor, calitatea bucatelor, starea sanitară a cantinei, spălarea veselei, examenul zilnic a personalului cantinei şi copiilor de serviciu la maladiile purulente, colectarea probelor diurne, regimul hidric;
70. verificarea sistematică a stării sanitare şi amenajării tuturor încăperilor şi terenului taberei, surselor de asigurare cu apă, respectării igienei personale de către copii şi personal;
71. organizarea şi efectuarea măsurilor sanitare;
72. organizarea jocurilor, concursurilor, zilelor sănătăţii, seratelor şi verificarea lucrului lor;
73. supravegherea medicală a educaţiei fizice a copiilor, întreţinerii locurilor destinate educaţiei fizice a copiilor (gimnastică matinală, înot, competiţii, jocuri sportive, activitățile secţiilor sportive, turism, excursii, plimbări);
74. verificarea sistematică asupra efectuării măsurilor de întremare (proceduri de călire: băi solare, de aer şi de apă);
75. participarea la organizarea marşurilor turistice şi excursiilor (consultarea copiilor, controlul îmbrăcămintei, încălţămintei, trusei medicale, produselor alimentare permise);
76. perfectarea registrelor medicale, dărilor de seamă.
77. Lista documentaţiei medicale:
78. certificatul medical al copilului;
79. registrul de evidență a bolnavilor (formularul nr. 074/e);
80. registrul de evidenţă a bolilor infecţioase (formularul nr. 060/e);
81. registrul izolatorului;
82. registrul de evidenţă a activității de educație sanitară (formularul nr. 038/e);
83. registrul de evidență a procedurilor (formularul nr. 029/e);

j) registru de evidență a stării sanitare a instituției (formularul nr. 308/e);

h) fişa de declaraţie urgentă despre depistarea bolilor infecţioase, intoxicaţiilor şi toxiinfecţiilor alimentare şi profesionale acute, reacţii adverse la administrarea preparatelor medicamentoase (formularul nr. 060/e).

* 1. Aprecierea eficienţei întremării copiilor

1. Se petrece pe baza comparării rezultatelor a două examene medicale - la începutul şi sfârșitul schimbului.

Sunt analizaţi următorii indici:

1. dezvoltarea fizică a copilului;
2. starea funcţională a sistemelor organismului;
3. nivelul pregătirii fizice;
4. morbiditatea.
5. În cadrul aprecierii dezvoltării fizice e necesar de calculat indicele masei corporale (IMC). IMC=masa (greutatea) în kg/Înălţimea în m2..

Norma ce ne demonstrează, că dezvoltarea fizică e armonioasă, constituie pentru copiii de: 7 - 8 ani – 16; 9 - 10 ani – 17; 11 ani – 18; 12 ani – 18; 13 – 14 ani – 20. Majorarea indicelui cu 2 unităţi pentru vârsta indicată mai sus vorbeşte despre surplusul masei, micşorarea cu 2 unităţi - despre deficitul ei.

1. Cel mai important criteriu al eficienţei întremării copiilor este majorarea posibilităţilor funcţionale ale organismului. În acest scop se efectuează probele funcţionale ale sistemelor cardio-vascular şi respirator şi se determină randamentul fizic al copiilor.
2. Starea funcţională a sistemului cardio-vascular se apreciază cu ajutorul probei ortostatice. Metoda efectuării: peste 3 min. după ce copilul a stat culcat pe spate se măsoară frecvenţa contracţiilor cardiace (cu intervale de 10 sec.) şi tensiunea arterială, apoi, după ce pacientul se scoală rapid, se efectuează aceleaşi măsurări în această poziţie. De altfel, creşterea pulsului cu 4 bătăi/min., şi creşterea tensiunii arteriale cu 10 mm a coloanei de mercur este calificată ca o reacţie normală şi e luată drept indice, egal cu 100. Aprecierea indicilor probei ortostatice este indicată în tabelul 1 din anexa 10.
3. Indicele optimal - 100-85, admisibil - 84-75, negativ - 74-60. Mărirea indicelui în procesul cercetărilor dinamice indică acţiunea pozitivă a regimului motric.
4. Starea funcţională a sistemului respirator trebuie să fie apreciată conform probei lui Ghenci (reţinerea expiraţiei). Valorile indicelui reţinerii respiraţiei la expiraţie la copii sunt indicate în tabelul 2 din anexa 10.
5. Mărirea indicelui reţinerii respiraţiei la copii cu 10% şi mai mult denotă o deviere pozitivă, micşorarea acestui indice cu 10% - deviere negativă, fapt care ne vorbeşte despre scăderea rezistenţei organismului în cazul deficienţei de oxigen.
6. Capacitatea lucrului fizic al copiilor se recomandă de apreciat după indicii rezistenţei şi forţei musculare. Forţa musculară se apreciază la copii cu ajutorul dinamometrului. Mâna dreaptă (la stângaci - stânga) ţinută orizontal. Puterea (forţa) musculară a mâinilor copiilor este menționată în tabelul 3 din anexa 10.
7. Majorarea forţei musculare cu 10% şi mai mult indică o organizare corectă a educaţiei fizice în tabără. Micşorarea cu 10% - despre organizarea incorectă a acestui proces.
8. Aprecierea rezistenţei musculare se efectuează, de asemenea, cu ajutorul dinamometrului. Copilul strânge dinamometrul de 5 ori cu interval de 5 - 7sec. Se compară primul şi al cincilea rezultat. Acest indice scade, în medie cu 10 - 15% în dependenţă de starea fizică a copilului. Cu cât această diferenţă este mai mică, cu atât rezistenţa musculară este mai mare. Micşorarea diferenţei între aceste date de la începutul şi sfârșitul schimbului în tabără vorbeşte despre micşorarea sau creşterea rezistenţei.
9. Un indice important este şi dinamica pozitivă a pregătirii fizice a copilului, îmbunătăţirea rezultatelor la alergări (30 m şi 60 m) pentru viteză şi rezistenţă (300 - 500 m) .

Anexa 1 la Regulamentul sanitar pentru taberele de

odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Certificat medical**

**pentru copiii care pleacă în tabăra de odihnă și întremare a sănătății copiilor**

* 1. Numele, prenumele\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
  2. Vârsta \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Adresa de la domiciliu, telefon \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nr. şcolii\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, clasei\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* 1. Denumirea instituției medicale sanitare publice\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
  2. Starea sănătăţii \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
  3. Prezintă/nu prezintă risc iminent de infectare a colectivității prin infectarea acestora\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
  4. Imunizarea \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8**.** Dezvoltarea fizică\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Grupa de educaţie fizică\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10. Se recomandă regimul\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Data eliberării \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Semnătura \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Starea sănătăţii în timpul odihnei\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Prezintă/nu prezintă risc iminent de infectare a colectivității prin infectarea acestora\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Eficacitatea odihnei:

efect pronunţat \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_,

efect redus \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_,

fără efect\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Semnătura medicului taberei de odihnă și întremare a sănătății copiilor\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Certificatul medical se restituie instituției de învățământ unde copilul îşi face studiile sau medicului de familie, în cazul lipsei lucrătorului medical în instituție.

Copiii sunt primiţi în tabără de odihnă și întremare a sănătății copiilor în baza certificatelor medicale f /e. Copiii se vor investiga la enterobioză în caz că n-au fost examinaţi în timpul anului şcolar. La depistarea oxiuriazei copiii se vor trata până la plecarea în tabăra de odihnă și întremare a sănătății copiilor.

La eliberarea certificatului medical f /e se va lua în consideraţie, că copiii ce au avut contact cu bolnavii de difterie, rujeolă, tusă convulsivă şi poliomielită şi care n-au fost bolnavi sau imunizaţi contra acestor infecţii nu se admit în tabără de odihnă și întremare a sănătății copiilor.

În punctul 6 a certificatului medical f /e se indică ultimele revaccinări contra: tetanosului, difteriei, rujeolei şi poliomielitei.

În certificatului medical f /e nu se indică rezultatele examenului medical profilactic al copiilor la pediculoză și scabie, dar acest examen se efectuează obligator. În caz, că sunt depistate aceste maladii copilul se tratează apoi se îndreaptă în tabăra de odihnă și întremare a sănătății copiilor.

Examenul medical al copiilor este organizat de către Instituțiile medico-sanitare publice.

Anexa 2 la Regulamentul sanitar pentru taberele de

odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Actul de recepţie a taberei**

**" " 20 Nr.**

Organizaţia (denumirea, adresa)

Componenţa comisiei

A efectuat primirea taberei.

1. Tabăra e amplasată (adresa, depărtarea de la cale ferată, localitatea, instituţia curativă)
2. Căi de acces starea lor
3. Tabăra funcţionează vara sau permanent (de subliniat)
4. Tabăra este de tip sau se află în încăperi arendate (de subliniat), din ce an funcţionează
5. Capacitatea taberei numărul de schimburi
6. Amplasarea dormitoarelor în blocuri, clădiri (cu încălzire sau fără) (de subliniat.
7. Suprafaţa în m2 în dormitor pentru fiecare copil , numărul de locuri în dormitoare

.

1. Gradul de pregătire pentru exploatare a încăperilor principale şi auxiliare ale dormitoarelor şi încăperilor de menire culturală, corespunderea lor normelor sanitare (fiecare în parte):

Dormitoare , vestiar , încăperi pentru uscarea îmbrăcămintei şi încălţămintei, pentru păstrarea valizelor , încăperi de zi , încăperea educatorului , lavoare cu băi pentru picioare , WC-ee (separat băieţi, fete) \_, clubul, estrada .

1. Încăperi medicale (suprafața şi gradul de pregătire): antreu , cabinetul medicului , cabinetul stomatologului , sala de proceduri \_ , cabinetul asistentei medicale , WC-u cu lavoar , izolator: salon (numărul și suprafața) , numărul de paturi , boxe , încăperi auxiliare (specificarea, suprafața) , utilarea lor .
2. Blocul alimentar (gradul de pregătire): reparaţie capitală\_\_\_\_\_, curentă (cosmetică)\_\_\_\_\_; utilaj tehnologic: conform \_\_\_\_\_\_ neconform \_\_\_\_\_\_\_; lavoare conectate la reţele comunale (da, nu); organizarea procesului tehnologic: conform\_\_\_\_, neconform\_\_\_\_\_; puncte sanitare (pentru copii înainte de luarea mesei şi personal din blocul alimentar) conforme\_\_\_\_\_, neconforme\_\_\_\_
3. Gradul de pregătire a băii , duşurilor igienice (numărul de jeturi) , încăperilor pentru igiena personală a fetelor , spălătoriei \_
4. Alimentarea cu apă potabilă din apeductul propriu , sau al localității , fântână. Havuzuri cu apă potabilă (da, nu). Calitatea apei este conformă normelor sanitare (da, nu).
5. Prezenţa încălzitoarelor de apă (da, nu), conectarea căzilor de spălat, dușurilor şi lavoarelor la sursele de apă curgătoare fierbinte şi rece
6. Sistemul de canalizare (centralizat sau local), racordat la stație de epurare, locul de amplasare a stației de epurare , punctul de deversare a apelor uzate epurate
7. Iluminarea naturală şi artificială a încăperilor principale în dormitoare , încăperi medicale.
8. Terenul taberei: suprafaţa totală , suprafaţa pentru un copil , corespunderea lor normelor sanitare (da, nu), îngrădirea (da, nu).
9. Piscina şi organizarea scăldatului în corespundere cu regulamentele sanitare în vigoare (da,

nu).

1. Instalaţii pentru cultura fizică şi sport, utilajul necesar corespunderea cu normele sanitare în

vigoare (da, nu).

1. Terenul de joc, utilarea şi gradul de pregătire pentru exploatare \_ 20. Sediul personalului .

21. Asigurarea cu mobilier (da, nu), lenjerie (numărul de schimburi de lenjerie . 22. Asigurarea cu inventar (numărul)

1. Completarea statelor de personal (numărul total conform statelor/real) , educatori , personal medical , administrativ şi auxiliar
2. Dispun de containere pentru colectare și contracte privind evacuarea deşeurilor menajere, dezinfecție și deratizare și dezinsecție (da, nu)
3. Îndeplinirea prescripțiilor

**Decizia comisiei**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Semnăturile**:

Actul se perfectează în 3 exemplare

Anexa 3 la Regulamentul sanitar pentru taberele de

odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Permisul de funcţionare a taberei de odihnă şi întremare a sănătăţii copiilor**

Subdiviziunea teritorială ANSP permite recepţia copiilor în tabăra (denumirea, adresa) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Numărul de copii într-un schimb

Permisiunea a fost eliberată în baza următoarelor documente:

1. Actul de recepţie a taberei (f. 313/e) din ;
2. Procesul-verbal de investigare a apei ;
3. Statele salariaţilor ;
4. Certificate medicale de susţinere a examenului medical ;
5. Certificatul despre efectuarea dezinfecţiei, dezinsecţiei şi deratizării încăperilor taberei şi terenului ;
6. Proces-verbal de control a Agenției pentru supraveghere tehnică \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
7. Proces-verbal de control a direcției situații excepționale teritoriale\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .

Se permite de a începe activitatea de la

Șef subdiviziune teritorială ANSP

**Remarcă:** se perfectează pentru fiecare schimb.

Anexa 3.1

la Regulamentul sanitar pentru taberele de

odihnă şi întremare a sănătăţii copiilor

**Permisul de funcţionare a blocului alimentar din cadrul taberei de odihnă şi întremare a sănătăţii copiilor**

Direcţia Teritorială pentru Siguranţa Alimentelor\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ permite alimentarea copiilor în tabăra (denumirea, adresa) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Numărul de persoane responsabile de organizarea alimentaţiei copiilor \_\_\_\_ din care: recepţionarea şi depozitarea produselor alimentare \_\_\_\_\_, prelucrarea şi prepararea bucatelor \_\_\_\_\_\_\_, personal auxiliar\_\_\_\_\_\_\_\_ .

Numărul de copii într-un schimb \_\_\_\_\_\_\_\_.

Permisiunea a fost eliberată în baza următoarelor documente:

1. Raport de încercări privind calitatea apei potabile \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;
2. Contract cu un laborator acreditat pentru investigarea de laborator a bucatelor finite şi rezultatele investigaţiilor de laborator \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;
3. Fişa medicală cu menţiune respective privind control medical şi instruire igienică a lucrătorilor din blocul alimentar\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;
4. Act ce confirmă efectuarea măsurilor de dezinfecţiei, dezinsecţiei şi deratizării blocului alimentar \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;
5. Prezenţa actelor de provenienţă şi calitate a produselor alimentare\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;
6. Prezenţa şi evidenţa registrelor privind respectarea procesului tehnologic\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;
7. Prezența fişelor tehnologice de preparare a bucatelor \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;
8. Respectarea regulilor vecinătăţii produselor (pentru evitarea transmiterii mirosului, păstrarea în comun a materiei prime, semifabricatelor şi producţiei gata se interzice) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_;
9. Respectarea regimului de păstrare a produselor \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Se permite de a începe activitatea de la \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Şef Direcţiei Teritoriale pentru

Siguranța Alimentelor \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Semnătura, N.P., L.Ş.

Anexa 4 la Regulamentul sanitar pentru taberele de

odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Componenţa, numărul şi suprafaţa terenurilor pentru educaţie fizică şi întremare**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Obligatorii** | **Numărul şi suprafaţa terenurilor pentru educație fizică şi sport**  **(numărul/m2) în dependenţă de capacitatea taberei şi suprafaţa totală a sectorului** | | | | | | | |
| 120  2400 | 160  3200 | 240  4800 | 360  7200 | 400  8000 | 480  9600 | 560  11200 | 800  16000 |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** |
| Teren pentru volei | 1/360 | 1/360 | 1/360 | 2/720 | 2/770 | 2/720 | 3/1080 | 4/1440 |
| Teren pentru badminton | 1/120 | 1/120 | 2/240 | 3/360 | 4/480 | 4/480 | 5/560 | 6/720 |
| Teren pentru tenis de masă | 1/72 | 1/72 | 2/144 | 3/216 | 4/288 | 4/288 | 5/360 | 6/432 |
| Teren pentru sărituri în înălţime | 1/493 | 1/493 | 1/493 | 1/493 | 1/493 | - | - | 1/493 |
| Teren pentru sărituri în lungime | 1/121 | 1/121 | 1/121 | 1/121 | 1/121 | - | - | 1/121 |
| Pistă de alergări | 1/650 | 1/650 | 1/650 | 1/650 | 1/650 | - | - | 1/650 |
| Teren pentru atletica uşoară | - | - | - | - | - | 1/3000 | 1/3000 | - |
| Pista sănătăţii | 1/600 | 1/600 | 1/800 | 1/1000 | 1/1000 | 1/1000 | 2/1200 | 2/1200 |
| Suplimentare | | | | | | | | |
| Teren combinat pentru jocuri | - | - | - | - | 1/1032 | 1/1032 | 1/1032 | - |
| Teren combinat pentru volei şi baschet | - | - | - | 1/558 | - | - | - | 2/1116 |
| Teren pentru jocuri sportive şi aruncare | - | - | - | 1/3225 | 1/3225 | 1/3225 | 1/3225 | - |
| Teren pentru atletica uşoară şi pistă de alergări 333,3 m | - | - | - | - | - | - | - | 1/8500 |
| Teren de fotbal | 1/2400 | 1/2400 | 1/2400 | - | - | - | - | - |
| Cort pentru tenis cu perete | - | - | - | - | - | - | 1/840 | 1/840 |
| Cort pentru tenis | - | - | - | 1/648 | 1/648 | 1/648 | - | 1/648 |
| Teren pentru patine cu role | - | - | 1/400 | 1/400 | 1/400 | 1/400 | 2/800 | 2/800 |

Anexa 5 la Regulamentul sanitar pentru taberele de

odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Componenţa şi suprafaţa încăperilor pentru trai**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Denumirea încăperilor** | **Suprafaţa în m2** | **Notă** |
| 1. Încăperi locative cu blocuri sanitare: | 4 la un loc (5,5-6,0 pentru maturi) | Capacitatea încăperilor trebuie primită: în taberele cu funcţionarea permanentă în timpul anului 3-5 persoane; în taberele de vară 5-10 persoane |
| Blocuri sanitare şi antreuri în dormitoare (în tabere cu sediu permanent); | Nu mai mult de 6 la 1-2 odăi. | Utilarea blocului sanitar: duş, lavoar, scaun de WC, în antreu dulap pentru haine. |
| Blocuri sanitare comune (în tabere de vară): |  |  |
| а) lavoare cu căzi pentru spălarea picioarelor (separat pentru băieţi şi fete); | 1 lavoar (robinet) la 8 oameni, pentru picioare la 12 oameni. |  |
| b) WC-ee (separate pentru băieţi şi fete); | 1 scaun la 15 fete, 1 scaun şi 1 pisoar la 20 băieţi |  |
| c) cabina igienei personale a fetelor; | 4 la 1 grup (scaun, bideu, lavoar). |  |
| d) cabina pentru duş individual (pentru băieţi şi fete). | 1 cabină pentru 20 locuri |  |
| 2. Săli pentru grupe (se admit verande). | 1 m2 pentru 1 loc |  |
| 3. Încăperi pentru deservire inclusiv: |  |  |
| Garderobă (cu încăperi pentru curăţirea şi călcarea îmbrăcămintei); | 0,8 pentru 1 loc |  |
| Încăperi pentru păstrarea valizelor; | 0,1 la 1 loc | Trebuie de proiectat о încăpere cu rafturi sau un dulap în antreu, 2 încăperi sau 2 dulapuri pentru băieţi şi fete |
| Spălătorii separate pentru băieţi şi fete. | Nu mai puţin de 0,08 m2 pentru 1 loc |  |
| 4. Încăperi pentru personal; |  |  |
| Încăperi pentru pedagogi; | 18 la 1 grup (9 x  2) | Trebuie de proiectat bloc sanitar în fiecare odaie, în componenţa: duş, lavoar, scaun. |
| Blocuri sanitare şi antreuri pe lîngă încăperile pedagogilor; | 12 la 1 grup (6 x  2) |  |
| Depozite pentru păstrarea inventarului sanitar. | 3 la 1 grup (1,5 x  2) |  |

Anexa 6 la Regulamentul sanitar pentru taberele de

odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Tabelul nr. 1. Componența și suprafața punctului medical**

|  |  |
| --- | --- |
| **Denumirea încăperilor** | **Suprafața, m2** |
| cabinetul medicului | 10 |
| sala de proceduri | 12 |
| cabinetul asistentei medicale | 10 |
| WC-u și lavoar în ecluză |  |

**Tabelul nr. 2. Componența și suprafața încăperilor izolatorului**

|  |  |
| --- | --- |
| **Denumirea încăperilor** | **Suprafața, m2** |
| antreu | 6 |
| 2 saloane a câte un pat | a câte 7 |
| salon boxă1) | 14 |
| WC şi lavoar în ecluză |  |
| încăperea pentru personal şi încălzirea bucatelor | 6 |
| baie | 6 |

1. inclusiv boxele, se iau din considerentele nu mai puţin de 2% din capacitatea taberei, dar nu mai puţin de două saloane.

Anexa 7 la Regulamentul sanitar pentru taberele de odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Măsuri de combatere a muştelor**

|  |  |
| --- | --- |
| **1** | **2** |
| **1. SANITARO PROFILACTICE** | |
| a) preîntâmpinarea pătrunderii muştelor în  încăperi | Instalarea la geamuri, uşi a plasei din metal sau din masă plastică |
| b) preîntâmpinarea  înmulţirii muştelor pe teren | Respectarea regimului sanitar de colectare, păstrare vremelnică, transportare şi utilizare a deşeurilor. |
| **2. DE COMBATERE** | |
| a) Nimicirea fazelor de dezvoltare a muştelor în deşeuri | Folosirea emulsiilor larvicide, 0,2% trolen; 1% carbofos; 0,5% DDVF, difos dicresil, 1% dust Difocarb. Se stropeşte (presară) suprafaţa deşeurilor 2-5 -1 pe 1 m2 cu grosimea stratului 0,5m. Norma folosirii dustului – 300 g/m2.  Divizibilitatea prelucrării – 1 dată în 5 – 10 zile. |
| b) nimicirea muştelor cu aripi în încăperi | Folosirea preparatelor chimice; 2 – 3% soluţie pe apă de clorofos, hârtie insecticidă, momeală (nadă) din 1% clorofos sau amestec 0,5% soluţie pe apă cu 0,5% amoniac bicarbonat uscat cu deşeuri de zahăr, momeală Rinan-M şi Alifocidă, butelii cu aerozoli. Folosirea metodelor mecanice: panglici lipicioase  etc. |
| c) nimicirea muştelor cu aripi în afara încăperilor | Folosirea amestecului 2% clorofos pe apă cu 0,2% emulsie pe apă DDVF (10:1); 0,5% soluţie de clorofos pe apă cu 0,5% amoniac bicarbonat cu deşeuri din peşte  sau carne). |

Anexa 8 la Regulamentul sanitar pentru taberele

de odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Elementele regimului zilei copiilor (model)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Elementele regimului zilei** | **Pentru copiii de 7 – 9 ani** | **Pentru copiii de**  **10 – 14 ani** | **Pentru copii de 15-18 ani** |
| Deşteptarea şi amenajarea patului | 8.00– 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 |
| Gimnastica matinală | 8.10– 8.30 | 8.10 – 8.30 | 8.10 – 8.30 |
| Procedurile de apă | 8.30– 8.50 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 |
| Careul matinal | 8.50– 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 |
| Dejunul | 9.00– 9.30 | 9.00 – 9.30 | 9.00 – 9.30 |
| Proceduri igienice şi de întremare (băi de soare, de aer, duşuri, scăldatul etc. ) | 9.30–11.10 | 9.30 – 11.10 | 9.30 – 11.10 |
| Măsuri diverse, activități obştești, etc. | 11.10– 12.30 | 11.10 –12.30 | 11.10 –12.30 |
| Timpul liber | 12.30 – 13.30 | 12.30 – 13.30 | 12.30 – 13.30 |
| Prânzul | 13.30 – 14.30 | 13.30 – 14.30 | 13.30 – 14.30 |
| Somnul de zi | 14.30 – 16.00 | 14.30 – 16.00 | 14.30 – 16.00 |
| Gustarea | 16.00 – 16.30 | 16.00 – 16.30 | 16.00 – 16.30 |
| Ocupaţii în diverse cercuri, secţii sportive etc. | 16.30 – 18.30 | 16.30 – 18.30 | 16.30 – 18.30 |
| Timpul liber, diverse jocuri, citirea cărţilor | 18.30 –19.00 | 18.30 – 19.00 | 18.30 – 19.00 |
| Cina | 19.00 – 20.00 | 19.00 – 20.00 | 19.00 – 20.00 |
| Organizarea seratelor, etc. | 20.00 – 20.30 | 20.00 – 21.30  21.30 – 21.45 | 20.00 – 21.45 |
| Timpul liber, citirea cărților, organizarea seratelor | - | - | 21.45 – 22.45 |
| Toaleta de seară | 20.30 –21.00 | 21.45 – 22.00 | 22.45 – 23.00 |
| Somnul | 21.00 – 8.00 | 22.00 – 8.00 | 23.00 – 08.00 |

Anexa 9 la Regulamentul sanitar pentru taberele

de odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Normative privind organizarea activităților turistice şi excursiilor**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nr. d/o** | **Activitatea** | **Limita de vârstă** | **Nr. de copii** | **Durata (zile)** | **Distanţa (km)** |
| 1. | Plimbare turistică | 7 ani | 8 – 30 | 1 | 3 – 4 |
| 2. | Excursii | 7 ani | 8 – 30 | 1 | - |
| 3. | Marş de o zi | 7 ani | 8 – 30 | 1 | 6 – 15 |
| 4. | Marş de 2 zile | 9 ani | 8 – 30 | 2 | 10 – 25 |

Anexa 10 la Regulamentul sanitar pentru taberele

de odihnă și întremare a sănătății copiilor

**Tabelul 1. Aprecierea indicilor probei ortostatice**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Creşterea pulsului puls. min.** | **Schimbarea tensiunii arteriale sistolice** | | | | | | | | | | |
| **Mărirea** | | | | |  | **Micşorarea** | | | | |
| **+10** | **+8** | **+6** | **+4** | **+2** | **0** | **-2** | **-4** | **-6** | **-8** | **-10** |
| 0-4 | 100 | 95 | 90 | 85 | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 |
| 5-8 | 95 | 90 | 85 | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 |
| 9-12 | 90 | 85 | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 40 |
| 13-16 | 85 | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 |
| 17-20 | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 |
| 21-24 | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 |
| 25-28 | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 |
| 29-32 | 65 | 60 | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 | 15 |
| 33-36 | 60 | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 | 15 | 10 |
| 37-40 | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 | 15 | 10 | 5 |
| 41-44 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 | 15 | 10 | 5 | 0 |

**Tabelul 2. Valorile indicelui reţinerii respiraţiei la expiraţie la copii (sec.)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Vârsta în ani** | **BĂIEŢI** | **FETE** |
| 7 | 23-35 | 21-33 |
| 8 | 23-39 | 20-32 |
| 9 | 26-41 | 25-38 |
| 10 | 29-49 | 27-35 |
| 11 | 31-48 | 27-41 |
| 12 | 37-52 | 27-43 |
| 13 | 39-54 | 31-45 |
| 14 | 41-56 | 32-47 |
| 15 | 41-63 | 33-47 |
| 16 | 44-65 | 34-49 |
| 17 | 45-69 | 35-51 |

**Tabelul 3. Puterea (forţa) musculară a mâinilor copiilor (kg)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Vârsta, ani** | **MÎINA DREAPTĂ** | |
| **BĂIEŢI** | **FETE** |
| 8 | 13,0-20,0 | 11,5-16,5 |
| 9 | 16,5-23,0 | 12,5-18,0 |
| 10 | 18,0-25,0 | 13,0-20,0 |
| 11 | 22,5-30,0 | 15,5-22,5 |
| 12 | 21,0-33,0 | 16,5-26,0 |
| 13 | 22,0-32,5 | 20,0-30,0 |
| 14 | 26,0-39,5 | 20,5-30,0 |
| 15 | 30,0-48,0 | 22,5-32,0 |
| 16 | 36,0-51,0 | 23,0-33,0 |
| 17 | 40,0-54,0 | 24,0-34,0 |