

Sağlıklı Bir Gelecek İçin

**İŞİMİZ
TEMİZ**

Sağlıklı Bir Gelecek İçin

İŞİMİZ TEMİZ

“İşimiz Temiz Projesi” Hakkında

“İşimiz Temiz Projesi”, Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü, Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği (TOBB) Kadın Girişimciler Kurulu ve OPET iş birliğinde 2021 yılında başlatılmıştır.

“İşimiz Temiz Projesi” ile yiyecek-içecek, konaklama ve ulaşım sektörlerinde hizmet veren işletme sahibi ve çalışanlarının temizlik ve hijyen programları aracılığıyla bilgi ve farkındalık düzeylerinin artırılması, böylece işletmelerin daha güvenli ve hijyenik olması amaçlanmıştır.

Proje kapsamında üç sektör özelinde alan uzmanı akademisyenler tarafından; Yiyecek-İçecek Sektörü Hijyen Eğitimi, Konaklama Sektörü Hijyen Eğitimi ve Ulaşım Sektörü Hijyen Eğitimi programları geliştirilmiştir. Eğitim programları 16 yaşını tamamlamış her bireyin katılımına açık olup Türkiye genelinde 81 ilde uygulanmaktadır.

Proje Paydaşları:

- Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü
- Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği (TOBB) Kadın Girişimciler Kurulu
- OPET

Akademik Danışmanlar:

Prof. Dr. Halim İşsever
İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı Öğretim Üyesi, İş Sağlığı Bilim Dalı Başkanı

Prof. Dr. Mehmet Sarper Erdoğan
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı Öğretim Üyesi, İş ve Meslek Hastalıkları Bilim Dalı Başkanı

Proje Danışmanı:

Benchmark Kurumsal Sosyal Sorumluluk Ajansı

Temmuz 2025



Sağlıklı Bir Gelecek İçin

İŞİMİZ TEMİZ

İÇİNDEKİLER

- HİJYENİK HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİ (HEM) MODELİ
UYGULAMA REHBERİ - KURUM MÜDÜRÜ _____ **9**
- HİJYENİK HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİ (HEM) MODELİ
UYGULAMA REHBERİ - DESTEK PERSONELİ EĞİTİMİ _____ **59**
- HİJYENİK HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİ (HEM) MODELİ
UYGULAMA REHBERİ - HİJYENİK TUVALET TASARIMI _____ **97**



Önsöz

Hayat boyu öğrenme anlayışımız, bireylerin sadece bilgi ve beceriyle değil; aynı zamanda sağlıklı, güvenli ve nitelikli ortamlarda gelişmesini esas alır. Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü olarak bu anlayıştan hareketle, halk eğitimi merkezlerimizin fiziksel koşullarını iyileştirmeye, çalışma ortamlarını daha hijyenik hâle getirmeye ve öğrenme süreçlerini destekleyen yapılar kurmaya büyük önem veriyoruz.

Bu doğrultuda OPET ve TOBB Kadın Girişimciler Kurulu iş birliği ile hayata geçirdiğimiz “İşimiz Temiz Projesi”, yalnızca hijyen eğitimiyle sınırlı kalmayan, kurumlarımızda temizlik ve sağlığa dair sürdürülebilir bir kurumsal kültür oluşturmayı hedefleyen bütüncül bir dönüşüm sürecidir. Projenin her aşamasında, sahadaki gerçek ihtiyaçlardan yola çıkarak kapsamlı ve uygulanabilir bir model geliştirmeye odaklandık.

Modelin temel amacı; halk eğitimi merkezlerinde görev yapan yöneticiler, eğitimciler ve destek personelinin, öğrenme ortamlarında karşılaşılabilecekleri biyolojik, fiziksel, kimyasal, ergonomik ve psikososyal risk faktörlerine karşı bilinçlendirilmesini sağlamak; hijyen uygulamalarının günlük işleyişin doğal bir parçası hâline gelmesine katkıda bulunmaktır. Bu amaçla geliştirilen model, kurumsal yönetim anlayışına entegre edilebilecek önerilerle, eğitim ortamlarında sağlığın önceliklendirilmesini hedeflemektedir.

Söz konusu hedef doğrultusunda hazırlanan Hijyenik Halk Eğitimi Merkezleri (HEM) Modeli Uygulama Kılavuzu, halk eğitimi merkezlerinin hijyen standartlarını somut biçimde ortaya koymakta; tüm çalışanların ortak bir bilinçle hareket etmesine katkı sağlamaktadır. Kılavuzda yalnızca temizlik kuralları değil; liderlik, organizasyon ve risk yönetimi gibi unsurlar da yer almaktadır; böylece yöneticilerden eğitimcilere, destek personelinin kursiyerlere kadar tüm paydaşlara yönelik bütüncül bir yaklaşım sunulmaktadır.

Kılavuz, halk eğitimi merkezlerimizde hijyen bilincinin kurumsal bir refleks hâline gelmesine, daha sağlıklı öğrenme ortamlarının oluşmasına ve dolayısıyla daha güçlü bir hayat boyu öğrenme kültürünün gelişmesine önemli katkılar sağlayacaktır.

OPET’in hijyen konusunda uzun yıllara dayanan bilgi ve deneyimi, içerik geliştirme sürecine değerli katkılar sunmaktadır. Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği Kadın Girişimciler Kurulunun yerel düzeydeki etkileşim gücü ise halkın bilinçlendirilmesine yönelik süreçlerde önemli bir destek sağlamıştır. Bununla birlikte projenin sahadaki karşılığını bulması ve sürdürülebilirliği açısından en büyük katkıyı halk eğitimi merkezlerimizde görev yapan yönetici, eğitici ve çalışanlarımız sunmaktadır.

"İşimiz Temiz Projesi"nin tüm aşamalarında katkı sunan kıymetli çalışma arkadaşlarıma; projeyi sahiplenerek uygulayan halk eğitimi merkezi yöneticilerimize, eğitimcilerimize ve destek personelimize içtenlikle teşekkür ederim. Aynı zamanda süreçte paydaş olarak yer alan OPET’e ve TOBB Kadın Girişimciler Kuruluna iş birlikleri için şükranlarımı sunarım.

Cengiz Mete

**Millî Eğitim Bakanlığı
Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürü**



Önsöz

Değerli Halk Eğitimi Merkezi Yöneticileri, Eğitimcileri ve Çalışanları,

Ülkemizin geleceği için büyük önem taşıyan bir projeye imza atmanın gururunu yaşıyoruz: "İşimiz Temiz Projesi". Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü, TOBB Kadın Girişimciler Kurulu ve OPET iş birliğinde yürütülen bu kıymetli çalışma, 2021 yılında temizlik ve hijyen bilincini toplumumuzun tüm katmanlarına yayma hedefiyle yola çıktı.

OPET olarak, 25 yılı aşkın süredir "Temiz Tuvalet Kampanyası" ile hijyenin önemini vurgulamaktayız. Bu uzun soluklu deneyimimiz, sadece tuvalet temizliğiyle sınırlı kalmayıp, genel hijyen standartlarının yükseltilmesi ve sürdürülebilir bir hijyen kültürünün oluşturulması adına bizlere eşsiz bir birikim sağlamıştır. Bu birikimi, "İşimiz Temiz Projesi"nin aracılığıyla halk eğitimi merkezlerimize taşımaktan ve böylece hizmet sektörümüzün kapasitesini güçlendirmekten büyük mutluluk duyuyoruz.

Proje kapsamında hazırlanan Hijyenik Halk Eğitimi Merkezleri (HEM) Modeli Uygulama Kitapçığı, halk eğitimi merkezlerimizin hijyenik bir öğrenim ortamına kavuşması için kilit bir rol oynayacaktır. Bu kitapçık, yöneticilerden destek personeline kadar her kademeden çalışanın iş süreçlerine "hijyen" bakış açısını entegre etmesini sağlayacak bilgi ve uygulamaları içermektedir. Kitapçığın son bölümünde yer alan hijyenik tuvalet tasarımı içeriği de yıllardır süregelen OPET deneyiminin bir yansımasıdır.

Bu proje, kurumlar arası iş birliğinin ne denli güçlü sonuçlar doğurabileceğinin en güzel örneklerindendir. Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü’nün vizyoner yaklaşımı ve halk eğitimi merkezlerimizin erişim gücü, bu projenin başarıya ulaşmasındaki en büyük etkenlerden biridir. Bu vesileyle, projenin en başından itibaren bizlere destek olan, kıymetli katkılarıyla yolumuzu aydınlatan Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğüne en içten teşekkürlerimi sunarım.

Aynı zamanda, Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği Kadın Girişimciler Kurulunun kıymetli il temsilcileri, projenin sahada mikro işletmelere yayılmasında ve işletmelerin proje eğitimlerini almasında önemli bir rol üstlenmiştir. İşletmelerimizin ve tüm bireylerimizin bu eğitimlerle daha donanımlı hâle gelmesinin hem ekonomik hem de sosyal açıdan ne denli önemli olduğunu belirtmek isterim. Temiz ve hijyenik ortamlar, sağlıklı nesillerin yetişmesinin ve verimli iş süreçlerinin olmazsa olmazıdır.

Bu kılavuzun, tüm halk eğitimi merkezlerimiz için bir başvuru kaynağı olacağına ve "İşimiz Temiz" ruhunu tüm Türkiye’ye yayacağına yürekten inanıyorum.

Saygılarımla...

Nurten Öztürk

**OPET Yönetim Kurulu Kurucu Üyesi
Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği Kadın Girişimciler Kurulu Başkanı**

İŞİMİZ

TEMİZ

Sağlıklı Bir Gelecek İçin

**İŞİMİZ
TEMİZ**

**HİJYENİK
HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİ
(HEM) MODELİ UYGULAMA
REHBERİ KURUM MÜDÜRÜ**

Sağlıklı Bir Gelecek İçin

**İŞİMİZ
TEMİZ**

İÇİNDEKİLER

HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİNE YÖNELİK TEMEL HİJYEN BİLGİSİ

Hijyen Nedir?	12
Hijyenik Ortam	13
1. Biyolojik Risk Faktörleri	14
-Enfeksiyon Hastalıkları	14
-Hastalık Yapıcı (Patojen) Mikroorganizmalar	14
-Salgın Hastalık	15
-Bulaş Kontrolü	15
2. Fiziksel Risk Faktörleri	16
-Gürültü	16
-Termal Konfor Şartları	17
-Aydınlatma	18
-Elektromanyetik Radyasyon	19
-Tozlar	20
3. Kimyasal Risk Faktörleri	21
-İç Ortam Hava Kirliliği	22
-Kaliteli Su ve Gıdaya Erişim	24
4. Ergonomik Risk Faktörleri	25
5. Psikososyal Risk Faktörleri	26

HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİNDE HİJYEN VE LİDERLİK

Projenin Hijyen Yaklaşımı /	
Halk Eğitimi Merkezi Müdürleri	28
Hijyen ve Liderlik	29
Liderler	30

HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİNDE HİJYEN

Sosyal ve Ortak Kullanım Alanları	32
Rol ve Sorumluluklar	32
Genel Bilgiler	33
Kurum Girişi, Güvenlik, Danışma	34
Bekleme Salonu	34
Derslikler / Odalar	35
Atölyeler / Laboratuvarlar	37
Eğiticiler Odası	37

Toplantı / Konferans Salonları	38
Kantin / Yemekhaneler	38
Revir / Sağlık Odası	40
Asansörler	40
Personel Soyunma Odaları	41
Kurum Bahçesi ve Açık Alanlar	42
Kapalı Alanlar	42
Spor Salonları	43
Eğitim Kurumları Hizmet Araçları	44
Teknik Hizmetler	44

TUVALETTE TEMİZLİK VE HİJYEN

Tuvaletler ve Lavabolar	46
-------------------------	----

ATIK YÖNETİMİ

Atık Nedir?	48
Belediye Atıkları	48
Ambalaj Atığı	48
Atıkların Geri Kazanımı	49
Ambalaj Atığı / Plastik Ambalajlar	49
Ambalaj Atığı / Metal Ambalajlar	50
Ambalaj Atığı / Cam Ambalajlar	50
Ambalaj Atığı / Kâğıt Karton Ambalajlar	50
Ambalaj Atığı / Kompozit Ambalajlar	51
Bitkisel Atık Yağlar	52
Sıfır Atık	53
Atık Yönetimi	54

GÖRÜNÜRLÜK MALZEMELERİ

Poster ve Çizelgeler	56
----------------------	----

Halk Eğitimi Merkezlerine Yönelik Temel Hijyen Bilgisi

Prof. Dr. M. Sarper Erdoğan
Cerrahpaşa Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı AD

Hijyen Nedir?

- Hijyen sağlık ve güvenlidir.
- Temizlik hijyenin bir parçasıdır. Temiz kalarak, bulunduğumuz ortamı temiz tutarak sağlık ve güvenliğimiz için tehdit oluşturan biyolojik risk etmenlerine karşı önlem alırız. Oysa hijyen bundan çok daha fazlasıdır.
- Hijyenik olmayan her bir durum kişilerin omzuna bir yük (stres) bindirir. Hijyenden uzaklaşıldığı ölçüde bu stresler artar ve biriken bir etki gösterir.
- Bu nedenle hijyeni oluşturan bileşenlerin yalnızca biri değil, tümü hedeflenmeli ve kişiler için stres tolere edilebilir seviyelere indirilmelidir.
- Hedef, olası riskleri bireylerin tolere edebileceği düzeye kadar en aza indirmek ve hijyen konusunda farkındalıklarını artırmaktır.
- Burada halk eğitimi merkezi yöneticilerine, eğiticilere ve destek personellerine ayrı ayrı görevler düşmektedir.

Hijyenik Ortam

Hijyenik ortamı tehdit eden 5 grup risk faktörü vardır. Bu risk faktörlerine dönük önlem alarak bir ortamın hijyenik olmasını sağlayabiliriz.

1. **Biyolojik etmenler**
2. **Fiziksel etmenler**
3. **Kimyasal etmenler**
4. **Ergonomik etmenler**
5. **Psikososyal etmenler**



1. Biyolojik Risk Faktörleri

Halk eğitimi merkezlerinde sözünü ettiğimiz biyolojik risk faktörleri ancak mikroskopla görülebilen; kurum personeli ve kursiyerleri hasta etme potansiyeli taşıyan küçük canlılardır.

Enfeksiyon Hastalıkları

- Biyolojik risk faktörleri olarak adlandırılan bakteri, virüs, mantar ve parazitler insan vücuduna girerek orada yerleşme, çoğalma ve kişiyi hasta edebilme özelliklerine sahiptir. İnsandan insana geçebilme özelliği olanlar bulaşıcılıklarına bağlı olarak bir süre sonra tüm kişilere yayılarak eğitimin durmasına yol açabilir.
- Tüm mikroorganizmaları risk faktörü olarak adlandırıp mikropsuz (steril) bir ortam hedeflemek yanlıştır. Zira insan vücudunda çok sayıda bakteri yaşamın sürmesinde önemli bir rol oynamaktadır.
- Bu nedenle kişilerin vücut dirençlerinin düşmesiyle normal koşullarda zararlı olmayacak mikroorganizmalar ve hastalık yapma özellikleri yüksek olan mikroorganizmalar ile mücadele etmek yeterlidir.

Hastalık Yapıcı (Patojen) Mikroorganizmalar

Hastalık yapma özellikleri olan patojen olarak nitelendirdiğimiz mikroorganizmalar için eğitim alanlarının, mutfak ve tuvaletlerin temiz tutulması yeterlidir. Temizliğin nasıl yapılması gerektiğine ilişkin detaylar ikinci bölümde anlatılacaktır.

- Patojen mikroorganizmalar aynı zamanda bulaşıcı da olabildikleri için her türlü temizlik önlemine karşın bir enfeksiyon hastalığı tespit edildiğinde mutlaka bulaşın önüne geçecek önlemlerin alınması gerekir. Bunun için enfeksiyon hastalığının nasıl yayıldığının bilinmesi gerekir.



Salgın Hastalık

- Küçük ya da büyük çaplı bir salgın önce mikroorganizmanın bir kaynakta (insan, su, gıda vb.) yerleşip çoğalması (kuluçka dönemi) ile başlar. Kaynak eğer insansa hastalık belirtileri ortaya çıkmadan da kişiler bulaştırıcı olabilir.
- Mikroorganizma kendisine özel bulaş yolunu kullanarak bir başka canlıya doğrudan ya da bir vektör (taşıyıcı) aracılığıyla geçebilir. Enfekte olan yeni kişi eğer yeterli bağışıklık yanıtına sahip değilse kuluçka süresini takiben ortaya çıkan hastalık belirtileri ile -bazı durumlarda belirtiler henüz görülmeden- bulaştırıcı hale gelir.

Bulaş Kontrolü

Kişiden kişiye geçen böyle bir bulaşıcı hastalıkta; kaynakta, yolda ve duyarlı kişide alınacak önlemlerle salgının önüne geçilebilir:

- Hasta olan ilk kişiye doğru ve kesin tanı konması, kişinin tedavi ve izole edilmesi
- Mikroorganizmanın henüz hastalık belirtisi vermeyen enfekte kişiden duyarlı kişilere geçmemesi için çıkış yolunda önlem alınması
- Taşıyıcılara (vektör) dönük önlem alınması
- Duyarlı kişilerde mikroorganizma girişine karşı önlem alınması
- Duyarlı kişilerin bağışıklık yanıtının güçlendirilmesi ile bulaşın kontrol edilmesi mümkün olacaktır.
- Tek kaynaklı salgın olarak adlandırdığımız su ve gıdalardan kaynaklanan bulaşıcı hastalıklar için düzenli su ve gıda kontrolü yapılması yeterlidir.

2. Fiziksel Risk Faktörleri

Kişilerin sağlık ve güvenliğini (hijyenik ortamı) tehdit eden bir diğer risk grubu fiziksel risk faktörleridir.

Bir kurum ortamında öncelikli fiziksel tehdit gürültüdür. Gürültü hem ses şiddeti olarak hem de içerik olarak kişilerin beden ve ruh sağlıklarını tehdit edebilir.

Gürültü

- Ses, dalga biçimli olarak enerjinin yayılımıdır. Bir kaynaktan çıkıp kulağa ulaşan ses dalgaları, dış ve orta kulaktan geçip fevkalade sofistike bir mekanizma ile iç kulaktaki titreşim tüylü hücreleri titreştirir. Bu hücre grupları farklı frekanstaki (bas ve tiz) seslere endekslidir.
- Ses dalgaları titreşim tüylü hücreler tarafından elektrik impulslarına dönüştürülerek akustik sinir yoluyla beyne gönderilir ve beyin bu uyarıyı ses olarak algılamamızı sağlar. Gürültüye aşırı ve uzun süreli maruz kalma durumu, titreşim tüylü hücre yapılarını bozar.
- Yüksek ses kulak zarının yırtılması gibi bir kazaya yol açarken bazen de zaman içinde titreşim tüylü hücrelere verdiği zararlar 4.000 frekanstan başlayarak kulağın işitme kapasitesini kalıcı olarak düşürerek gürültüye bağlı işitme kaybına neden olur.
- Çok fazla gürültü, stres yanıtına yol açar; kalp atım hızı, solunum sayısı ve derinliği ile oksijen seviyelerini etkiler.
- Gürültülü bir ortamda kişilerin öğrenme kapasitesi düşer.

Termal Konfor Şartları

Bir diğer fiziksel risk faktörü termal konfor şartlarıdır. Termal konfor şartları ile kastedilen; ortam ısısı, nem ve hava akım hızının optimum seviyelerde tutulmasıdır.

- İnsanlarda vücut iç ısısı değişmez. Termoregülasyon mekanizması, vücut iç ısını 36-38 dereceler arasında sabit tutar.
- Vücut iç ısı yükseldiğinde termoregülasyon mekanizması devreye girer ve terleme yoluyla vücut yüzeyinden ısı kaybı gerçekleşir.
- Vücut ısı düştüğünde ise vücut titreme yoluyla ısı üretmeye çalışır; zira titreme yoluyla gerçekleşen enerji tüketiminin yan ürünü ısıdır.
- Ortamdaki havanın su ile doygunluğu (nem) optimum seviyenin üzerinde seyrediyorsa, ortam ısının yükselmesi halinde terleme yeterince etkili olmaz ve vücut ısı yükselir.
- Vücut ısının 40 dereceyi aşması halinde sıcak çarpması meydana gelir ve 42 derecenin üstündeki kişi kaybedilebilir.
- Yine aşırı nemli havada ortam ısı düşerse vücudun ısı üretim çabası da etkili olmayacaktır.
- Hava akım hızının optimum seviyelerin üstünde olması kişilerin vücut ısılarını muhafaza etmelerini engelleyen bir etmendir. Düşük hava hızı ise bazal metabolizmayla üretilen ısının bile tolere edilmesini güçleştirebilir.
- İdeal olan ortam ısısı, nem ve hava akım hızının optimum seviyeler aralığında kalmasıdır.
- Aksi takdirde termal konfor şartlarındaki oynamalar, kişileri hasta edecek kadar fazla olmasa bile onların konforunu bozacak ve dikkatlerini dağıtacak bir strese dönüşecektir.

Unutulmamalıdır ki optimum koşullardan ayrılan her bir risk etmeni, kişiler üzerinde stres oluşturur ve diğer risk etmenleri ile beraber biriken bir etki gösterir.

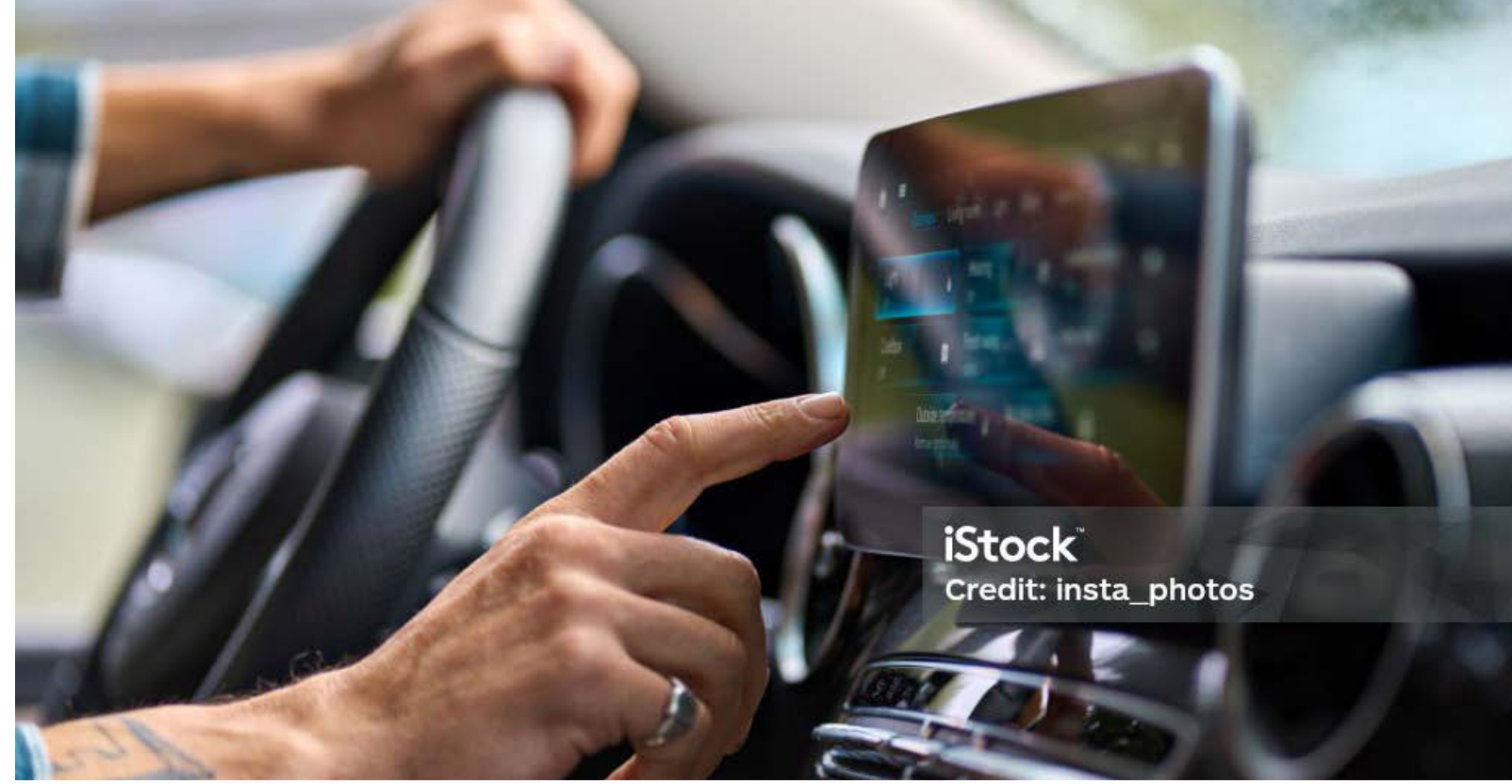
Halk Eğitimi Merkezlerine Yönelik Temel Hijyen Bilgisi

Aydınlatma

- Kötü ya da aşırı aydınlatılmış ortam kişiler üzerinde gereksiz bir stres oluşturur.
- Kötü aydınlatılmış bir ortamda görmeye çalışan kişilerde göz yorgunluğu ortaya çıkar. Göz yorgunluğu, gözün aşırı kullanımı sonrası ortaya çıkan bir durumdur.
- Retina üzerine düşen ışığı maksimize etmeye çabalayan göz küresi yorulur. Aynı şekilde görmek için çabalayan kişinin boyun ve sırt kasları da sürekli kasılma nedeniyle yorulur ve ağrı oluşur.
- Ayrıca kötü aydınlatma objelerin net olarak seçilmesini engeller ve kazalara neden olur.
- Aşırı aydınlatma ise retina üzerine düşen ışığın azaltılması için göz kaslarının aşırı ölçüde çalışmasına yol açacaktır. Vücut aşırı ışıktan korunmak için pupillaları küçültür; göz kırpması sayısını artırır, rahatsızlık ve ağrı uyaranlarıyla aşırı ışıktan kaçınma davranışı gösterir.
- Mekânlarda kullanılan suni ışıkla istenmeden oluşturulacak aşırı aydınlatma ile retina hasarı (görme kusuru) gelişmesi beklenmez ancak kişilerde anksiyete oluşumuna neden olabilir.

Aydınlatma ile ilgili sorunlar kişiler üzerinde gereksiz bir stres oluşturarak öğrenme üzerine olumsuz etki yapar.

Halk Eğitimi Merkezlerine Yönelik Temel Hijyen Bilgisi



Elektromanyetik Radyasyon

- Günümüzde kişiler, radyo dalgaları, cep telefonları ve kablosuz internet kullanımından kaynaklanan elektromanyetik radyasyona maruz kalırlar.
- Bu tip radyasyonun ısı etkisi ön plandadır. Uzun süreli ve yakın maruz kalma durumu nedeniyle temas ettikleri vücut bölgesinde ısı artışına yol açarak zarar verirler.
- Elektromanyetik spektrumun sonunda yer alan, dokulara nüfuz ederek genetik materyal hasarına yol açan ve toplumda 'radyasyon endişesi'nin asıl kaynağı olan X ışını ve Gama ışınına maruz kalma durumu normal koşullarda halk eğitimi merkezlerinde yaşanmaz.
- Açık havada güneşten kaynaklanan UV ışınına maruz kalma durumu yaz aylarında ve uzun sürmesi halinde risk oluşturur.

Ekranlı araç ve cep telefonlarının aşırı kullanımının zararları daha çok kas ve iskelet sistemi ile görme sistemine üzerinedir. Özellikle dikkati yoğunlaştırarak kullanım; göz kurumasına, göz yorgunluğuna, baş ve boyun ağrılarına neden olur. Cep telefonu kullanımının beyin tümörlerine yol açtığı iddiası ise halen tartışmalıdır.



Tozlar

Halk eğitimi merkezi ortamında hijyeni bozan en önemli etmenlerden biri tozdur. Zira toz her yerdedir ve hava hareketleri nedeniyle kurum dışından kaynaklanan tozun kurum ortamına taşınmasının önüne geçmek zordur.

- Tozlar yapıları itibarıyla hem fiziksel hem kimyasal hem de biyolojik özellikli risk faktörleridir.
- Özellikle soğuk havalarda kişiler alerjenler, kimyasallar, bakteriler ve virüsler için bir rezervuar olan tozlara iç mekânlarda daha çok maruz kalırlar.
- Fiziksel risk faktörü olarak toz görmeyi engeller, rahatsızlık hissi verir ve hava kalitesini düşürür.
- Ancak sağlık açısından görünmeyen toz daha tehlikelidir. 5 mikrondan küçük tozlar havada çok uzun süre asılı kalabilir ve yalnızca HEPA filtreler tarafından tutulabilir. Havada gördüğümüz her bir toz zerreciğine karşılık 9 adet görünmeyen toz zerreciği vardır.
- Tozlar 400 mikrondan küçük ve havada asılı kalabilen parçacıklardır. Bunların 100 mikrondan küçük olanları ağız ve burun boşluğundan geçebilir. Ancak 10 mikrondan küçük olanları burun kıllarını ve üst solunum yolundaki siliyer aktivite dediğimiz korumayı aşarak akciğerlere kadar inebilir.
- 5 mikrondan küçük olan tozlar akciğerdeki gaz değişim alanlarına kadar ilerleyebilirler. Sağlık açısından en tehlikeli tozlar bunlardır.
- Bu bölgeye kadar gelen tozlar akciğerin savunma sistemi tarafından bertaraf edilir. Ancak bertaraf edilmesi mümkün olmayan tozlar kan dolaşımına geçerek sistemik bir etkiye yol açabilir ya da akciğerde depolanabilir.
- Tozlar içerisinde ayrıca akarlar, hamam böceği, evcil hayvan ve fare alerjenleri ve küf dahil olmak üzere, tozun biyolojik risk etmeni olarak da nitelendirilmesini sağlayan çok sayıda organik madde vardır. Bilimsel çalışmalarda alerji ile astım semptomlarının yanı sıra artan hırıltı, devamsızlık ve gece uykusuz kalma ile ilişkili oldukları gösterilmiştir.

3. Kimyasal Risk Faktörleri

Halk eğitimi merkezlerinde hijyeni tehdit eden bir diğer faktör kimyasal risk faktörleridir.

Kimyasallar hayatımızın her alanında olduğu gibi halk eğitimi merkezlerinde de bolca bulunurlar ve üç yolla vücudumuza girerler.

- Solunum yoluyla
- Sindirim yoluyla
- Cilde temas yoluyla

- Solunum yoluyla vücuda giren kimyasallar gaz, buhar, duman, aerosol ve toz biçimli olabilir. Kana karışma özelliği olan tozlar vücutta gösterecekleri sistemik etkiler nedeniyle kimyasal risk olarak da adlandırılır.
- Halk eğitimi merkezlerinde eğitim amaçlı kullanılan kimyasallar dışında kursiyerlerin tehlikeli kimyasal olarak adlandırdığımız yanıcı, yakıcı, toksik, alerjen ve mutajen maddelere maruz kalma olasılıkları düşüktür.

Tozda bulunan kimyasallar, inşaat malzemeleri ile halı, mobilya ve okul eşyaları gibi ürünlerden kaynaklanır. Zamanla bu ürünlerden havaya ve toza kimyasallar salınır. Yaygın kullanımları nedeniyle, bu kimyasalların kurum ortamında bulunmaları çok olasıdır.

- Kişiler yanlışlıkla yemek yeme, soluma veya toza dokunma yoluyla kimyasallara maruz kalırlar. Kurum tozunda yaygın olarak bulunan kimyasallar arasında asbest ve PCB'ler gibi eski kirleticiler ile alev geciktiriciler, leke tutmayan kimyasallar ve ftalatlar gibi yeni ortaya çıkan kimyasallar bulunur.

Halk Eğitimi Merkezlerine Yönelik Temel Hijyen Bilgisi

İç Ortam Hava Kirliliği

Kişilerin maruz kaldığı fiziksel risk etmenlerinden tozu ve uçucu kimyasalları iç ortam hava kirliliği başlığı altında toplayabiliriz.

İç ortam hava kirleticileri hassas ciğerleri tahriş ederek astım ve solunum problemlerini tetikler.

Kötü iç hava kalitesi, endokrin bezlerinin, sinir ve bağışıklık sistemlerinin gelişimini de etkiler; soğuk algınlığı ve grip gibi hastalıkların kolayca yayılmasına yol açar.

- Halk eğitimi merkezlerinde uçucu organik bileşiklerin en önemli kaynağı içinde bolca klorlu hidrokarbon barındıran temizlik malzemeleridir. Temizlik sırasında abartılı ölçüde kullanılan ve havalandırılmayan alanlarda bolca maruz kalma durumu yaşanır.
- Trafiğin yoğun olduğu bölgelerdeki halk eğitimi merkezlerinde araçlardan yayılan karbon monoksit, nitröz oksitler, uçucu organik bileşikler, sülfür dioksit ve dizel araç motorlarının ürettiği partikül maddeler iç ortam havasını kirletir. Dışardaki kirli hava doğal havalandırma ya da dışarıya bağlı havalandırma sistemleri yoluyla içeri sızar.
- Özellikle inşaatların yoğun olduğu bölgelerdeki halk eğitimi merkezlerinde eski binaların yıkımı sırasında havaya karışan asbest ve çimento tozları sağlık açısından bir başka ciddi tehdit unsurudur.

Temizlik sırasında en güçlü kimyasalların ve en agresif yöntemlerin en iyi sonucu vereceğine inanılır. Oysa rutin temizlik, kirliliğin ve patojen özellikli mikroorganizmaların giderilmesinde yeterlidir. Ağartıcı ve amonyak içeren temizleyicilerin iç ortam hava kalitesine verdikleri zarar, yararlarından fazladır.

Halk Eğitimi Merkezlerine Yönelik Temel Hijyen Bilgisi



- Astım gibi solunum sistemi hastalıkları ile ilişkilendirilen kötü hava kalitesinin nedenleri arasında en çok rutubete bağlı hasarlar, hayvansal ve biyolojik alerjenler, NO₂, yapay havalandırma sistemlerindeki nem veya kir, düşük havalandırma oranı, formaldehit, temizlik ürünleri, dış ortam kirleticileri ve araç egzozu yer almaktadır.
- Yüksek havalandırma oranları enfeksiyon hastalıkları ve solunum sistemi hastalıklarının hızını azaltmıştır.
- Isının ve bağıl nemin konfor bölgesi içinde tutulması konsantrasyon gerektiren zihinsel beceriler üzerinde çok olumlu bir etki yapmıştır.
- Havadaki veya yüzeylerdeki toz, halk eğitimi merkezlerinde sağlığı bozmaktadır.

Halk Eğitimi Merkezlerine Yönelik Temel Hijyen Bilgisi

Kaliteli Su ve Gıdaya Erişim

- Kişiler günün bir bölümünde bulundukları kurum ortamında katı gıda ve sıvı tüketme gereksinimi duyar.

Kişilerin yaşamla kurdukları bağın kalitesinin artırılmasında yedikleri ve içtiklerinin önemi çok büyüktür.

- Alınan besindeki yapıtaşlarının her birinin kişileri de inşa ettiği unutulmamalıdır.



Halk Eğitimi Merkezlerine Yönelik Temel Hijyen Bilgisi

4. Ergonomik Risk Faktörleri

Hijyen açısından tehdit oluşturan bir diğer risk grubu ergonomik risk faktörleridir.

Ergonomi, insanın var olduğu çevrenin, kullandığı araç gerecin ve eylemlilik içinde bulunduğu sistemlerin insanın anatomik ve fiziksel özelliklerine uygun bir biçimde tasarlanması ve kullanıma sokulması bilimidir.

Kişilerin doğru olmayan bir pozisyonda uzun süre hareketsiz oturmaları, özellikle bel bölgesindeki kas ve kemikler üzerinde aşırı yük oluşmasına neden olacak ve bu durum zamanla kas ve iskelet sistemine zarar vererek ilerleyen yıllarda çok ağrılı bir süreç dönüşebilecektir.

- Bir kas ve iskelet sisteminin gelişmesi uzun yıllar alacak olsa bile boyun, omuz ve sırtta oluşacak ağrılar ilerde ortaya çıkacak hastalığın belirtileri olduğundan derhal önlem alınması gerekir.
- Erişkinler az çok tehlikelerden haberdar ve belirtilere duyarlı kalarak bilgisayar kullansa da uzun saatler boyu bilgisayar kullanımı sadece kas ve iskelet sistemi üzerine değil, görme sistemi üzerine de ağır yük bindirmektedir.

Ara vermeden saatlerce ekrana bakmak baş ağrısına, göz kurumasına ve ilerleyen dönemlerde miyopi gibi göz kusurlarına yol açabilir.

- Bu ölçüde yoğun ekranlı araç kullanımı dünya için yeni bir durumdur ve olası sonuçları hakkında gerçek bir bilgi henüz oluşturulamamıştır.

5. Psikososyal Risk Faktörleri

Hijyenik bir ortamın oluşturulması için psikososyal risk faktörlerini de minimize etmek, mümkünse ortadan kaldırmak gerekir.

Kuşkusuz temel amaç, kişilerin severek ve isteyerek geldiği, keyif alarak öğrendikleri, kalıcı dostluklar kurabildiği bir kurum ortamı sağlamak olmalıdır.

Kişileri halk eğitimi merkezi ortamından uzaklaştıracak, öğrenmekten ve merak etmekten soğutacak, yalnızlaşmasına yol açacak her türlü söz, eylem veya tutum psikososyal risk etmenidir.
Bunun sistematik hale gelmesi kişiler üzerinde kalıcı izler bırakabilir.

- Kişilere türlü biçimlerde uygulanabilecek şiddet, ayrımcılık, adaletsiz uygulamalar, yalnızlaştırma, korkutma, sindirme, baskı altına alma, aşağılama, küçük görme, damgalama kurum ortamında olmasına tahammül gösterilmeyecek hallerdir.
- Kişilerin motivasyonlarını kıracak her türlü etkileşim içe kapanmalarına, iletişim kurmaktan kaçınmalarına yol açar.
- Öğrenme yalnızca derslerde gerçekleşmez. Kişiler soru sormaları için teşvik edilmelidir.

Halk Eğitimi Merkezlerinde Hijyen ve Liderlik

Prof. Dr. Halim İşsever
İstanbul Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı AD

Projenin Hijyen Yaklaşımı Halk Eğitimi Merkezi Müdürleri

Çevresel hijyen konusunun baş aktörüdür.

Halk eğitimi merkezi binasında, dersliklerde, koridorlarda biyolojik, kimyasal ve fiziksel tehditlerin giderilmesi, ergonomiye uygun malzeme kullanımı, güler yüzlü bir atmosferin oluşturulmasından sorumludur.

Çevresel hijyenin kurulması kadar sürdürülmesini de denetlemelidir.

- Halk eğitimi merkezinde temizlik ve sanitasyon teçhizatları da dahil bütün alanların hijyenik koşullarda bulundurulduğunu teminat altına almak için temizlik ve sanitasyon programları oluşturun.
- Halk eğitimi merkezinin farklı bölümlerine, kullanılan araç-gereçlere özel malzeme kullanımı ile temizlik ve hijyen uygulamaları konusunda destek personeli yönlendirin ve süreci takip edin.
- Halk eğitimi merkezinin bölümlerini temizlik ve hijyen açısından takip edebilmek için “Temizlik Takip Çizelgeleri” oluşturarak destek personeli bu çizelgeleri temizlik bitiminde doldurmaları için yönlendirin.
- Sağlıklı bir kurum ortamı oluşturulabilmesi için tüm personel, eğiticiler ve kursiyerlerle iş birliği içinde olun.
- Temizlik ve sanitasyon programlarınızın uygunluk ve etkililiğini izleyin.

Hijyen ve Liderlik

- Halk eğitimi merkezi yönetimi, eğiticiler ve destek personeli kurumda hijyenin geliştirilmesi konusunda liderlik etmelidir.
- Unutulmamalıdır ki liderlerin uymadığı kurallara çalışanların ve kursiyerlerin uyması beklenemez.
- Her kurum yöneticisi birer liderdir.



Liderler

- Özgüven duygusu gelişmiş ve izleyenlere güven veren bir kişilik yapısına sahip
- Hızlı ve etkili karar alan ve bunları uygulamaya yansıtan
- Kararlılık, sorumluluk ve sosyal uyum yetenekleri gelişmiş
- Kendini kontrol, bağlılık, uzak görüşlülük sezgi ve cesaret gibi unsurları kişiliğinde kaynaştıran
- İzleyenlerle çok yönlü iletişim kuran; olay ve olguları gözleyen, neden ve sonuçları arasında ilişkiler kuran
- Yaratıcı, girişken, zeki ve idealist
- İyi bir örgütleyici, bilgili ve becerikli bir yönetici, akıllı bir denetici
- Dengeli ve tutarlı bir kişilik yapısına sahip
- Ön yargıdan uzak, eleştiriye ve karşıt düşüncelere açık
- İyi bir araştırmacı ve dinleyici
- İş başarma duygusu ve motivasyonu güçlü
- Soyut düşünme kapasitesi gelişmiş kişilerdir.

Halk Eğitimi Merkezlerinde Hijyen

Bu eğitim içeriğinde bir halk eğitimi merkezinde bulunabilecek, tüm mekânlara mümkün olduğunca yer verilmiştir.

Burada yer alan temizlik ve hijyen konusundaki önerilerimizi kurumunuzun fiziksel özellik vb. diğer koşullarını göz önünde bulundurarak genel temizlik ve hijyen kuralları çerçevesinde uygulayabilirsiniz.

Sosyal ve Ortak Kullanım Alanları

- Kurum Girişi
- Bekleme Salonu
- Derslikler / Odalar
- Atölyeler / Laboratuvarlar
- Eğitimciler Odası

- Toplantı / Konferans Salonu
- Kantin / Yemekhaneler
- Revir / Sağlık Odası
- Asansörler

- Personel Soyunma Odaları
- Kurum Bahçesi / Açık Alanlar
- Kapalı Alanlar
- Spor Salonları
- Tuvaletler

Rol ve Sorumluluklar

Bu bölümden sonra paylaşılan rol ve sorumluluklar, anlaşılabilirliği kolaylaştırmak üzere kısaltmalarla ifade edilmiştir. Buna göre:

M

Kurum müdürleri / idareciler

DP

Destek personeli

Diğer

Kantin / yemekhane personeli, servis şoförü ve personeli, ilgili alandan faydalanan diğer kişiler / kullanıcılar

Genel Bilgiler

M

- Genel hijyen ve sanitasyon uygulamalarına ve salgın hastalık dönemlerindeki tedbirlere yönelik görünür yerlere afiş / poster / uyarı levhası konulmasını sağlayın.
- Kurumun bölümlerinde elle temas etmeden açılabilir-kapanabilir pedallı, sensörlü vb. atık kumbaralar bulundurulmasını sağlayın.
- Ofis malzemelerinin (bilgisayar klavyesi, fare, telefon, kalem, silgi vb.) mümkün olduğunca ortak kullanılmaması konusunda yönlendirici olun.
- Tabletler, dokunmatik ekranlar, klavyeler vb. materyallerin temizlik ve dezenfeksiyonu için üretici talimatlarına uyulmasını; başka bir öneri yoksa, en az %70 alkol içeren sprey / mendil ile temizlenmesini sağlayın.
- Derslikler ve odalarda klima varsa filtre temizliği, bakım ve kontrollerinin düzenli olarak yapılmasını sağlayın. Havalandırma sistemi filtrelerinin durumu periyodik olarak izlenmeli ve uygun hava kalitesi sağlanmalıdır.
- Havalandırma sistemlerinin dışarıdan taze hava alacak şekilde ayarlanmasını sağlayın.



iStock
Credit: Nestea06

Kurum Girişi, Güvenlik, Danışma

M

- Girişte ziyaretçi kartları veriliyorsa temizlik / dezenfeksiyon programınız doğrultusunda destek personeli tarafından dezenfekte edilmesini sağlayın.
- Vardiya değişimlerinde güvenlik personeli tarafından ortak kullanılan telsiz / telefon gibi malzemelerin, güvenlik personeli tarafından teslim öncesi uygun şekilde dezenfekte edilmesini sağlayın.
- Güvenlik / danışma personeli için gerekli kişisel koruyucu donanımları sağlayın ve alkol bazlı el antiseptiği bulundurun.
- Kuruluşa her türlü kontrolsüz girişin denetlenmesini ve engellenmesini sağlayın.

Bekleme Salonu

M

- Bekleme salonunun temiz ve düzenli tutulmasını sağlayın.
- Tüm alan ve içindeki mobilyalar ve eşyanın temizlenebilir olmasına özen gösterin ve sıklıkla çevre ile aynı zamanda temizlenmesini sağlayın.
- Gerekli hallerde alkol bazlı el antiseptiği bulundurulmasını sağlayın.

Derslikler / Odalar

M

- Temizliğin doğru ve eksiksiz malzemeyle yapılabilmesi için malzeme teminini sağlayın.

DP

Aşağıda yer alan temizliğe ilişkin önemli noktalarda destek personeli yönlendirin.

- Odaların temizliğinde **mavi bez, mavi kova** ve mavi eldiven kullanılmalıdır.
- Odaların zemin temizliğinde **mavi-kırmızı** çift kovalı-presli paspas arabası kullanılmalıdır.
- Odalar havalandırılmalıdır.
- Çöp kovaları boşaltılmalı ve uygun poşet geçirilmelidir.
- Odadaki çöp kovalarında bulunan çöp poşetleri oda dışına çıkarılarak ağzı bağlandıktan sonra servise ait büyük çöp bidonuna taşınmalıdır.
- Çöp kovası kirlenmişse yıkanarak temizlenmeli ve kurulanmalıdır.
- Tüm eşyaların, masaların, oturma gruplarının ve duvar bantlarının tozu alınmalıdır.
- Oda temizliği toz kalkmayacak şekilde yapılmalıdır.
- Zemin ve koridor zemini, sabah ilk temizlendiğinde uygun konsantrasyonda hazırlanmış dezenfektan solüsyon ile temizlenmelidir.
- Kapı kolu, telefon, dokunulan yerler gün içinde birkaç kez hazırlanan dezenfektan solüsyonla ıslatılmış nemli bezle silinmelidir.
- Tüm derslikler / odalar temizlenmeden önce kapısı kapalı durumda en az 1 saat doğal yollarla havalandırılmalıdır.
- Daha sonra kapı kapalı, pencere açık olarak temizlik yapılmalıdır.
- Tüm yüzeyler uygun şekilde temizlenmelidir.
- Destek personeli uygun maske takmalı, eldiven ve giysi giymelidir.

Derslikler / Odalar

M

- Dersliklerde yer alan ortak temas yüzeyleri için kullanım şartları, kullanım sıklığı, kullanıcı sayısı vb. kriterlere göre hijyen ve sanitasyon programı oluşturun.

DP

Aşağıda yer alan temizliğe ilişkin önemli noktalarda destek personelini yönlendirin.

- Ortak kullanılan ekipman ve dolaplar mümkün olduğuunca düzenli olarak dezenfekte edilmelidir.
- Kullanılan makinelerin yüzey temizliği, üretici firmaların belirlediği kriterler dikkate alınarak yapılmalıdır.



iStock
Credit: miljko

Atölyeler / Laboratuvarlar

M

- Çalışma alanında yer alan ortak temas yüzeyleri ( alı ma tezg hları, laboratuvar malzemeleri, el aletleri vb.) için kullanım şartları, kullanım sıklığı, kullanıcı sayısı vb. kriterlere göre hijyen ve sanitasyon programı oluşturun.

DP

Aşağıda yer alan temizliğe ilişkin önemli noktalarda kullanıcıları ve destek personelini yönlendirin.

- Kullanıcıları ortak kullandıkları ekipman ve çalışma alanlarını mümkün olduğuunca her kullanımdan önce düzenli olarak dezenfekte etmeleri konusunda yönlendirin. Bunun dışında kalan alanların temizliğinin destek personeli tarafından yapılmasını sağlayın.
- Atölye ve laboratuvarların çalışma alanı içerisinde yer alan lavabo ve evyeler kişisel temizlik amacıyla kullanılmamalıdır.

Eğiticiler Odası

M

- Eğiticiler odasına misafir ve ziyaretçi kabul edilmemesi için gerekli yönlendirmeleri yapın.
- Odanın eklentilerinde çay ocağı veya mutfak bulunması durumunda, tek kullanımlık bardak veya kişiye özel bardaklar kullanılması konusunda yönlendirici olun.

Toplantı / Konferans Salonları

DP

Aşağıda yer alan temizliğe ilişkin önemli noktalarda kullanıcıları ve destek personelini yönlendirin.

- Masa üzerindeki kitap dergi vb. malzemeler kaldırılmalı, toplantı öncesi ve toplantı sonrası (masa, varsa teknik donanımlar, mikrofon vb.) temizlik / dezenfeksiyon yapılmalıdır.
- Toplantı sırasında ikramlar var ise belirlenmiş hijyen kurallarına uygun olarak yapılmalıdır.
- Toplantı süreleri mümkün olduğunca kısa tutulmalı, toplantının uzaması durumunda ara verilmeli ve pencereler açılarak ortamın doğal havalandırılması sağlanmalıdır.

Diğer

Kantin / Yemekhaneler

DP

Aşağıda yer alan temizliğe ilişkin önemli noktalarda kantin ve yemekhane yöneticileri ve ilgili personelini yönlendirin.

- Kantin ve yemekhanelerde para ile teması engelleyecek uygulamalar düzenlenmelidir.
- Kantin / Yemekhane personeli kişisel hijyen kurallarına sıkı bir şekilde uymalıdır.
- Personel işe özgü kişisel koruyucu donanımlar (maske, bone, eldiven vb.) kullanmalıdır.
- Kişilere yemek öncesi ve sonrası el yıkama yoluyla el hijyeni sağlamaları konusu güçlü şekilde hatırlatılmalıdır.
- Büfe yüzeyleri sık sık temizlenmeli ve dezenfekte edilmelidir.
- Tuz, karabiber, sos, şeker ve kürdanın tek kullanımlık paketlerde, çatal-kaşık ve bıçakların, kâğıt cepli paketler veya tek kullanımlık ürünler gibi hijyenik önlemler alınarak servis edilmesi sağlanmalıdır.

Diğer

Kantin / Yemekhaneler

DP

- Riskli dönemlerde su sebilleri, kahve, çay vb. içecek otomatlarının kullanımı engellenmelidir. Diğer zamanlarda bu ekipmanların temizliği ve dezenfeksiyonunun (periyodik bakım, filtre değişimleri dahil) planlanmış ve sık aralıklarla yapılması sağlanmalıdır.
- Mümkün ise su sebilleri ve otomatların temassız (fotoselli) olması sağlanmalıdır.
- Bulaşık yıkama donanımının düzgün çalışması, özellikle çalışma sıcaklıkları ile temizlik ve dezenfekte edici kimyasalların kullanım dozunun uygunluğu kontrol edilmelidir.

Diğer

M

Yemek hizmetini, dışarıdan tedarik ettiğiniz durumlarda; Tercihen TS EN ISO 22000 Gıda Güvenliği Yönetim Sistemi veya TS 13811 Hijyen ve Sanitasyon Yönetim Sistemi Belgesi'ni arayın. Mümkünse tedarikçinin yerinde denetimini gerçekleştirin.



Revir / Sağlık Odası

M

Kurumda bulunan revir / sağlık odası vb. alanların temizlik ve dezenfeksiyonun yapılması konusunda destek personelini yönlendirin.

DP

- Reviri kullanabilecek kişi sayısının belirlenmesi, revire gelen kişinin kişisel koruyucu donanım kullanımına yönelik önlemler alması ve revire başvuran kişilere ait vaka takip kayıtlarının tutulması konusunda gerekli çalışmaları yürütün.
- Revirde oluşan atıkların, atık yönetimine uygun şekilde bertaraf edilmesini sağlayın.

Asansörler

M

- Asansörün kaç kişi kapasitesine sahip olduğunun, giriş kısmında belirtilmesini sağlayın.
- Asansör içinde öksürük / hapşırık adabına uyulmasını sağlamak için afiş asarak yönlendirme yapılmasını sağlayın.
- Asansör zemininde her kişinin durması gereken yerlerin renkli / uyarıcı işaretlerle belirtilmesini sağlayın.

Personel Soyunma Odaları

M

- Soyunma odalarının aynı anda kullanacak kişi sayısını en uygun düzeyde tutacak şekilde organize edilmesini sağlayın.
- Soyunma odalarında ortamın havalandırma koşullarının yeterli olmasını sağlayın.
- El temasının önlenmesi için lavabolarda mümkünse el teması olmayan bataryalar, temassız dispenserler bulundurun.
- Kirli ve temiz kıyafetlerden, ayakkabılardan çapraz bulaşmayı önleyebilmek için gerekli tedbirlerin alınmasını sağlayın.
- Temizlik ve dezenfeksiyon sıklığını gözden geçirerek, her kullanım sonrası temizlik ve dezenfeksiyon yapılması için yönlendirici olun.



Kurum Bahçesi ve Açık Alanlar

M

- Halk eğitimi merkezinin ihtiyaçlarına yönelik sağlıklı, temiz ve güvenli kurum çevresi koşullarını sağlayın.
- Zeminin düzgün ve su birikintilerine izin vermeyecek nitelikte olmasını sağlayın.
- Oturma niteleri ve diğer ekipmanların temizlik ve dezenfeksiyon işlemlerini planlayarak bu konuda destek personelini yönlendirin.

Kapalı Alanlar

M

- Bu alanlarda kullanılacak materyallerin, temizlenmesi kolay malzemelerden yapılmış olması konusunda yönlendirici olun.

DP

Aşağıda yer alan konularda destek personelini yönlendirin.

- Temizlik ve dezenfeksiyon programı uygun şekilde uygulanmalı ve takip edilmelidir.
- Bu bölgeler sık aralıklarla temizlenmeli ve havalandırılmalıdır.

Spor Salonları

M

- Spor salonlarının girişine, el yıkama kuralları ile salon içinde uyulması gereken kuralları belirten afişlerin asılmasını sağlayın.
- Egzersiz araçlarının yanlarına dezenfektan özelliği olan mendiller konulmasını sağlayarak egzersiz araçlarının temizliğinin önemine dikkat ekin.
- Spor salonunda su ve sabuna erişimin kolay olmasını ve tek kullanımlık kâğıt havluların bulunmasını sağlayın.

DP

Aşağıda yer alan temizliğe ilişkin önemli noktalarda destek personelini yönlendirin.

- Spor salonlarında her kullanımdan sonra düzenli olarak temizlik yapılmalıdır.
- Sık kullanılan alan ve malzemeler daha sık temizlenmelidir.
- Spor salonları sık sık havalandırılmalıdır.



Eğitim Kurumları Hizmet Araçları

M

- Hizmet araçlarının temizlik ve dezenfeksiyonu için bir plan oluşturun ve bu planın uygulanması için yönlendirici olun.
- Klimanın iç hava sirkülasyon düğmesinin kapalı olması ve araç klima hava filtrelerinin bakımının düzenli olarak yapılması için yönlendirici olun.

Teknik Hizmetler

M

- Halk eğitimi merkezindeki tüm tesisat, donanım, makine ve ekipmanlara (enerji, ısıtma, havalandırma, iklimlendirme sistemleri, bulaşık ve çamaşır makineleri, buzdolapları, asansörler vb.) yönelik bakım ve temizlik planlarını oluşturun. Bu bakımların periyodik olarak yapılmasını ve kayıt altına alınmasını sağlayın. Süreci takip edecek teknik personeli görevlendirin.
- Teknik hizmetlerin dışarıdan temin edildiği durumlarda firmanın tüm hijyen ve sanitasyon kurallarına uyduğundan emin olun.



Tuvalette Temizlik ve Hijyen

Tuvaletler ve Lavabolar

M

- Mümükünse her tuvalet / lavabo girişinde (hem iç hem de dış kısımda) el antiseptik cihazları bulunmasını sağlayın.
- El temasını önlemek için lavabolarda mümkün ise el teması olmayan bataryalar, temassız dispenserler olmalıdır.
- Tuvalet lavaboları çevresine, ellerin en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmasını hatırlatmak için afiş / poster / uyarı levhası konulmasını sağlayın.
- Kâğıt havlular vb. atıkların atılmasını kolaylaştırmak için çıkışa yakın noktalara mümkünse pedallı çöp kutuları yerleştirilmesini sağlayın.
- Tuvaletlerde havalandırma sistemi varsa temiz hava sirkülasyonun yeterli ve uygun olduğundan emin olun.

DP

Aşağıda yer alan konularda destek personelinı yönlendirin.

- Kapılar ve kapı kolları dahil tüm yüzeyler uygun deterjan / dezenfektan ile sık aralıklarla temizlenmelidir.
- Kurumda salgın hastalığı olduğu belirlenen kişi olmadığı takdirde klozet ve lavabolar ve kapı yüzeyleri dahil tüm yüzeylerin su ve uygun deterjanla sık temizlenmesi yeterlidir.
- Klozet ve tuvaletler her gün en az bir kez 1/10 oranında sulandırılmış sodyum hipoklorit ile dezenfekte edilmelidir.

Atık Yönetimi

Atık Nedir?

“Atık”, üreticisi veya fiilen elinde bulunduran gerçek veya tüzel kişi tarafından çevreye atılan veya bırakılan ya da atılması zorunlu olan herhangi bir madde veya materyali ifade etmektedir.

Belediye Atıkları

- Karışık evsel katı atıklar
- Geri dönüştürülebilir atıklar (cam, metal, karton ambalaj atıkları)
- Evlerden çıkan tehlikeli atıklar (piller, ampuller, boya kutuları vb.)
- Ticari ve kurumsal atıklar (iş yerleri, okullar ve diğer kamu binalarından gelen atıklar)
- Evsel nitelikli endüstriyel katı atıklar
- Bahçe, hal ve pazaryeri atıkları (yeşil atıklar)
- Cadde, kaldırım ve meydan süprüntüleri
- Hacimli atıklar (mobilya vb.)

Ambalaj Atığı

Ambalaj atığı çöp değildir!

- Günümüzde hemen hemen her sektörde birçok ürünün ambalajlı olarak satışa sunulduğunu görüyoruz.
- Ambalaj kullanımı artarken ambalaj atığı miktarı da artmaktadır. İçindeki ürünü tükettikten sonra bu ambalaj atıkları işe yaramaz deyip çöpe atıyoruz.
- Ne yazık ki çöp alanlarında çöp dağları oluşuyor.
- Ürettiğimiz atığın yaklaşık %20'sini ambalaj atığı oluşturmaktadır.

Atıkların Geri Kazanımı

Ambalaj atıklarını ayrı toplayarak:



Ambalaj Atığı / Plastik Ambalajlar

- Özellikle gıda, meşrubat, deterjan ve kozmetik ürünlerin ambalajlarıdır.
- Plastik ambalaj atıkları yıkanıp eritilerek, granül haline dönüştürülmekte, granüller ikincil ürün imalatında plastik torba, marley, atık su borusu, elyaf, dolgu malzemesi, çerçeve ve sera örtüsü imalatı ile otomotiv sektöründe kullanılarak yeni ürünler elde edilmektedir.
- 2,5 litrelik bir plastik şişe geri kazanılıp üretimde kullanılırsa 6 saatlik 60 watt'lık elektrik enerjisini tasarruf etmek mümkündür.
- 25 adet geri kazanılmış içecek şişesinden bir plastik mont elde etmek mümkündür.

Ambalaj Atığı / Metal Ambalajlar

- Gıda ve içecek ambalajında kullanılan iki çeşit metal ambalaj malzemesi vardır.
- Bunlar teneke ve alüminyumdur. Günlük hayatımızda en çok kullandığımız yağ, peynir, salça ve meşrubat kutuları metal ambalajların en önemlileridir.
- Metal ambalajların eritilerek geri dönüştürülmesi kullanılmış alüminyumun geri kazanılması, daha az enerji ve hammadde tüketimi anlamına gelir.
- Kullanılmış alüminyumdan alüminyum üretilerek sera gazı emisyonu %9,5 ve atık su kirlenmesi %9,7 oranında azaltılabilir.

Ambalaj Atığı / Cam Ambalajlar

- Cam ambalajlar en sağlıklı ambalaj çeşidi olup, geri dönüşüm oranı en yüksek olanıdır.
- Cam tozu; kum, kireç taşı ve soda külü ile karıştırılıp, yüksek sıcaklıkta şekillendirilerek yeni ürünlere dönüştürülür.
- Kırık camların eritilmesi ve yeniden değerlendirilmesi, asıl süreçten %32 daha az enerji kullanılmasını sağlar.
- Yani, bir tek cam şişe geri dönüştürüldüğünde, 100 Watt'lık bir ampulü 4 saat yakabilecek enerji tasarruf edilmiş olur.

Ambalaj Atığı / Kâğıt Karton Ambalajlar

- Cam ambalajlar en sağlıklı ambalaj çeşidi olup, geri dönüşüm oranı en yüksek olanıdır.
- Cam tozu; kum, kireç taşı ve soda külü ile karıştırılıp, yüksek sıcaklıkta şekillendirilerek yeni ürünlere dönüştürülür.
- Kırık camların eritilmesi ve yeniden değerlendirilmesi, asıl süreçten %32 daha az enerji kullanılmasını sağlar.
- Yani, bir tek cam şişe geri dönüştürüldüğünde, 100 Watt'lık bir ampulü 4 saat yakabilecek enerji tasarruf edilmiş olur.

Ambalaj Atığı / Kompozit Ambalajlar

- Karton süt ve meyve suyu kutuları %80 kâğıttan ve az bir oranda da plastik ve alüminyumdan oluşan kompozit ambalajlardır.
- Kompozit ambalajlardan lamine kutuların bir bölümü lisanslı kâğıt fabrikalarında işlenerek tekrar kâğıt üretilmektedir. Ayrıca, lamine karton kutulardan sunta yapılarak mobilya üretiminde kullanılmaktadır.



iStock
Credit: photka

Bitkisel Atık Yağlar

- Ülkemizde kişi başına ortalama bitkisel yağ tüketimi 20 kg olup, yıllık yaklaşık 1,5 milyon ton bitkisel yağ gıda amaçlı olarak piyasaya sürülmektedir.
- Buna karşılık rafinasyon tesislerinden kaynaklanan soap-stock, tank dibi tortu, yağlı toprak gibi bitkisel atık yağlarla birlikte yaklaşık 350.000 ton atık yağın oluştuğu düşünülmektedir.
- Kişi başı 2 kg kullanılmış kızartmalık yağ oluşumu öngörüsüyle, bu miktarın yaklaşık 150.000 tonunun kullanılmış kızartmalık yağ olduğu tahmin edilmektedir.
- Atık suya karışan atık yağlar, evsel atık su kirliliğinin %25'ini oluşturmaktadır.
- Denize, akarsuya ve göle ulaşan bitkisel atık yağlar ciddi zararlar vermektedir. Bu sebeple, birçok ülkede kullanılmış kızartmalık yağların kanalizasyona ve yüzey sularına boşaltılması yasaklanmıştır.



Sıfır Atık

- İsrafın önlenmesini, kaynakların daha verimli kullanılmasını, oluşan atık miktarının azaltılmasını, etkin toplama sisteminin kurulmasını, atıkların geri dönüştürülmesini kapsayan atık önleme yaklaşımı olarak tanımlanan bir hedeftir.
- Sıfır atık yaklaşımının esas alınması ile sağlanacak avantajlar:
 - Verimliliğin artması
 - Temiz ortam kaynaklı olarak performansın artması
 - İsrafın önüne geçildiğinden maliyetlerin azaltılması
 - Çevresel risklerin azalmasının sağlanması
 - Çevre koruma bilincinin kurum bünyesinde gelişmesine katkı sağlandığından çalışanların "duyarlı tüketici" duygusuna sahip olmasının sağlanması
 - Ulusal ve uluslararası pazarlarda kurumun "çevreci" sıfatına sahip olmasının sağlanması, bu sayede saygınlığının artırılmasıdır.

Atık Yönetimi

Entegre atık yönetiminin temeli, atık yönetimi, atık azaltma, yeniden kullanım, geri dönüşüm, enerji geri kazanma, bertaraf hiyerarşisine dayanmaktadır.



M

- Ürettiğimiz atığı öncelikle kaynağında azaltalım.
- Atıkları özelliğine göre ayıralım.
- Geri dönüşebilen atıklarımızı geri kazanalım.

- Kapalı ve açık alanlarda, atıkların bertaraf edilmesi için yetkili kurumların ve yerel otoritelerin talimatlarına uyun.
- Enfektif atıkların ve atık toplama istasyonunun, yerel mevzuat gereksinimlerini karşılayacak şekilde diğer alanlar ve çevreden ayrılmış olmasını sağlayın.
- Sıvı ve katı atık toplama istasyonunun, atıkların her uzaklaştırılmasından sonra temizlenmiş olduğundan emin olun.
- Tıbbi atıkların değerlendirilmesinde ilgili yönetmelikler çerçevesinde hareket edin.

Görünürlük Malzemeleri

Poster ve Çizelgeler

EL YIKARKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

Akan su altında eller ıslatılır.

Bir miktar sabun alınır.

Suyun boş akmaması için musluk kapatılır.

Bilekler, avuç içi, ellerin sırt ve parmak araları ile tırnakların kenar ve uçları sabun ile köpürtülerek en az 20 saniye süreyle ovuşturulur.

Eller su altında iyice durulanır.

Eller bileklerden başlayarak kâğıt havluyla kurulur.

Aynı kâğıt havluyla musluk kapatılır.

Kâğıt havlu çöpe atılır.

TUVALETLERİ KULLANIRKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

Tuvalete girerken ve çıkarken sifonu çekmeliyiz.

Klozeti, üzerine basarak değil oturarak kullanmalıyız.

Tuvaletten sonra ellerimizi mutlaka en az 20 saniye sabunla yıkamalıyız.

Muslukları açık bırakmamalıyız.

Çöpleri çöp kutusuna atmalıyız.

İŞİMİZ TEMİZ

Poster ve Çizelgeler

GENEL TEMİZLİK SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

1 Her tür temizlik işlemi sırasında uygun eldiveni giyiniz.

2 Temizliği; -Her alan için farklı malzemeler kullanarak yapınız. -Temiz yerlerin kirlenmemesine dikkat ederek, temizden kirliye doğru yapınız. -Kisiler gelmeden önce tamamlayınız.

3 Temizliğe, doğru ve eksiksiz malzemeyle başlayınız.

4 Temizlik solüsyonunu temizlenen bölgenin durumuna göre belirlenen ölçülere uygun olarak hazırlayınız.

5 Tüy bırakmayan temizlik bezi tercih ediniz.

6 Temizlenecek alana göre kova ve bez rengi belirleyiniz. Bir alanda kullandığınız bezi başka bir alanda kullanmayınız.

7 Kirli eldiven ve ellerle kapı kolu, telefon, masa vb. yüzeylere dokunmayınız.

8 Tuvalet temizliğini en son yapınız.

9 Temizlik bitiminde malzemelerinizin (sabun, tuvalet kâğıdı vb.) eksiksiz olduğundan emin olunuz ve eksik malzeme varsa tamamlayınız.

10 Kullandığınız temizlik malzemesi (temizlik bezi, kovalar, fırçalar) kurutunuz ve u yere (temizlik depo) kaldırınız.

İŞİMİZ TEMİZ

TEMİZLİKTE 4 RENK

Temizlik sırasında hijyenin tam olarak sağlanması için temizlenecek alanlara yönelik bir renk sistemi vardır.

Kırmızı, sarı, mavi ve yeşil kolayca ayırt edilebilen dört renktir.

Her renk, ayrı bir alanı temsil eder. Bu ayırım, daha önce tuvaleti temizlemek için kullanılan bir bezin bir masanın tozunu almasını engeller.

Tuvaletler, pisuvarlar ve çevredeki fayanslar için

KIRMIZI

Lavabo, fayans, raf, armatür, ayna, duş kabinleri ve küvetler gibi sıhhi alanlar için

SARI

Masa, dolap, sandalye, pencere, raf, radyatör, kapı vb. mobilyalar, aynalar, koridorlar için

MAVİ

Özel alanlar, bakım alanları (bakım yatakları), ameliyathane veya mutfak için

YEŞİL

İŞİMİZ TEMİZ

İÇİNDEKİLER

Hijyen Nedir?.....	62	SOSYAL VE ORTAK KULLANIM ALANLARI	
Destek Personeli.....	62	Sosyal ve Ortak Kullanım Alanları.....	82
Hijyenik Ortam.....	63	Derslikler / Odalar.....	82
Enfeksiyon Hastalıkları.....	63	Kurumun Bölümleri.....	84
Hastalık Yapıcı (Patojen) Mikroorganizmalar.....	64	Spor Salonları.....	86
Salgın Hastalık.....	64		
Bulaş Kontrolü.....	64	TUVALETTE TEMİZLİK VE HİJYEN	
Fiziksel Risk Faktörleri.....	65	Tuvalet, Klozet ve Lavaboların Temizliğinde	
Tozlar.....	66	Önemli Noktalar.....	88
Kimyasal Risk Faktörleri.....	67	Tuvalet Temizliği Nasıl Yapılmalıdır?.....	89
İç Ortam Hava Kirliliği.....	68	15 Adımda Tuvalet Temizliği.....	90
Ergonomik Risk Faktörleri.....	70		
İşimizi Yaparken Nelere Dikkat Edelim?.....	70	TEMİZLİK YAPARKEN DİKKAT EDİLMESİ	
- Temel Ergonomi Prensipleri.....	70	GEREKENLER	
- Ergonomide Temel Prensipler.....	71	Temizlik Yaparken.....	92
		Maskeler.....	93
		Tek Kullanımlık Eldiven.....	93
		Çift Kovalı-Presli Paspas Arabası Kullanımı.....	94
HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİNDE HİJYEN			
DESTEK PERSONELİ UYGULAMA EĞİTİMİ		ATIK YÖNETİMİ	
Projenin Hijyen Yaklaşımı / Destek Personeli.....	73	Atık Yönetimi / Destek Personeli.....	96
Temizlik ve Düzen.....	73		
Unutmayın!.....	74		
TEMİZLİKTE 4 RENK			
Renk Kodu.....	76		
Temizlikte 4 Renk.....	77		
TEMİZLİK VE HİJYENDE ÖNEMLİ			
NOKTALAR			
Önemli Noktalar.....	79		
Genel Temizlik Sırasında Dikkat Edilmesi			
Gereken Noktalar.....	79		
- Temizleyin!.....	80		
- Dezenfekte Edin!.....	80		

Temel Hijyen Bilgisi Destek Personeli Eğitimi

Prof. Dr. M. Sarper Erdoğan
Cerrahpaşa Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı AD

Hijyen Nedir?

- Hijyen sağlık ve güvenlidir.
- Temizlik hijyenin bir parçasıdır. Temiz kalarak, bulunduğumuz ortamı temiz tutarak sağlık ve güvenliğimiz için tehdit oluşturan biyolojik risk etmenlerine karşı önlem alırız. Oysa hijyen bundan çok daha fazlasıdır.
- Hijyenik olmayan her bir durum kişilerin omzuna bir yük (stres) bindirir. Hijyenden uzaklaşıldığı ölçüde bu stresler artar ve biriken bir etki gösterir.
- Bu nedenle hijyeni oluşturan bileşenlerin yalnızca biri değil, tümü hedeflenmeli ve kişiler için stres tolere edilebilir seviyelere indirilmelidir.
- Hedeflenen olası riskleri kişilerin tolere edebileceği düzeyde minimize etmek ve onların hijyen konusunda farkındalığını yükseltmektir.
- Burada halk eğitimi merkezi yöneticilerine, eğitimcilere ve destek personellerine ayrı görevler düşmektedir.

Destek Personeli

- Destek personelleri temel hijyen konuları hakkında bilgi sahibi olmalı, temizlik konusunu iyi öğrenmelidir.
- Yöneticiler tarafından kendisine verilen görevleri yerine getirmeli, hijyen konusunun anlık değil, sürdürülmesi gereken bir durum olduğunu kavramalıdır.
- Hijyeni bozan her türlü hal için hazır olmalı ve gecikmeden iyileştirme/düzeltilme yapabilmelidir.
- O da diğer kurum personeli gibi hijyenik ortamın oluşturulması ve sürdürülmesi için yöneticilerce oluşturulan koordinasyonun aktif bir bireyi olmalıdır.

Hijyenik Ortam

Hijyenik ortamı tehdit eden 5 grup risk faktörü vardır. Bu risk faktörlerine dönük önlem alarak bir ortamın hijyenik olmasını sağlayabiliriz.

1. Biyolojik Risk Faktörleri

Halk eğitimi merkezlerinde sözünü ettiğimiz biyolojik risk faktörleri ancak mikroskopla görülebilen; kurum personeli ve kursiyerleri hasta etme potansiyeli taşıyan küçük canlılardır



Enfeksiyon Hastalıkları

- Biyolojik risk faktörleri olarak adlandırılan bakteri, virüs, mantar ve parazitler insan vücuduna girerek orada yerleşme, çoğalma ve kişiyi hasta edebilme özelliklerine sahiptir. İnsandan insana geçebilme özelliği olanlar bulaşıcılıklarına bağlı olarak bir süre sonra tüm kişilere yayılarak eğitimin durmasına yol açabilir.
- Tüm mikroorganizmaları risk faktörü olarak adlandırıp mikropsuz (steril) bir ortam hedeflemek yanlıştır. Zira insan vücudunda çok sayıda bakteri yaşamın sürmesinde önemli bir rol oynamaktadır.
- Bu nedenle kişilerin vücut dirençlerinin düşmesiyle normal koşullarda zararlı olmayacak mikroorganizmalar ve hastalık yapma özellikleri yüksek olan mikroorganizmalar ile mücadele etmek yeterlidir.

Hastalık Yapıcı (Patojen) Mikroorganizmalar

Hastalık yapma özellikleri olan patojen olarak nitelendirdiğimiz mikroorganizmalar için eğitim alanlarının, mutfağın ve tuvaletlerin temiz tutulması yeterlidir. Temizliğin nasıl yapılması gerektiğine ilişkin detaylar ikinci bölümde anlatılacaktır.

- Patojen mikroorganizmalar aynı zamanda bulaşıcı da olabildikleri için her türlü temizlik önlemine karşı bir enfeksiyon hastalığı tespit edildiğinde mutlaka bulaşın önüne geçecek önlemlerin alınması gerekir. Bunun için enfeksiyon hastalığının nasıl yayıldığının bilinmesi gerekir.

Salgın Hastalık

- Küçük ya da büyük çaplı bir salgın önce mikroorganizmanın bir kaynaktan (insan, su, gıda vb.) yerleşip çoğalması (kuluçka dönemi) ile başlar. Kaynak eğer insansa hastalık belirtileri ortaya çıkmadan da kişiler bulaştırıcı olabilir.
- Mikroorganizma kendisine özel bulaş yolunu kullanarak bir başka canlıya doğrudan ya da bir vektör (taşıyıcı) aracılığıyla geçebilir. Enfekte olan yeni kişi eğer yeterli bağışıklık yanıtına sahip değilse kuluçka süresini takiben ortaya çıkan hastalık belirtileri ile -bazı durumlarda belirtiler henüz görülmeden- bulaştırıcı hale gelir.

Bulaş Kontrolü

Kişiden kişiye geçen böyle bir bulaşıcı hastalıkta; kaynaktan, yolda ve duyarlı kişide alınacak önlemlerle salgının önüne geçilebilir:

- Hasta olan ilk kişiye doğru ve kesin tanı konması, kişinin tedavi ve izole edilmesi
- Mikroorganizmanın henüz hastalık belirtisi vermeyen enfekte kişiden duyarlı kişilere geçmemesi için çıkış yolunda önlem alınması
- Taşıyıcılara (vektör) dönük önlem alınması
- Duyarlı kişilerde mikroorganizma girişine karşı önlem alınması
- Duyarlı kişilerin bağışıklık yanıtının güçlendirilmesi ile bulaşın kontrol edilmesi mümkün olacaktır.
- Tek kaynaklı salgınlar olarak adlandırdığımız su ve gıdalardan kaynaklanan bulaşıcı hastalıklar için düzenli su ve gıda kontrolü yapılması yeterlidir.

Fiziksel Risk Faktörleri

Kişilerin sağlık ve güvenliğini (hijyenik ortamı) tehdit eden bir diğer risk grubu fiziksel risk faktörleridir.

2. Fiziksel Risk Faktörleri

Bir kurum ortamında öncelikli fiziksel tehdit gürültüdür. Gürültü hem ses şiddeti olarak hem de içerik olarak kişilerin beden ve ruh sağlıklarını tehdit edebilir.



Tozlar

Halk eğitimi merkezi ortamında hijyeni bozan en önemli etmenlerden biri tozdur. Zira toz her yerededir ve hava hareketleri nedeniyle kurum dışından kaynaklanan tozun kurum ortamına taşınmasının önüne geçmek zordur.

- Tozlar yapıları itibarıyla hem fiziksel hem kimyasal hem de biyolojik özellikli risk faktörleridir.
- Özellikle soğuk havalarda kişiler alerjenler, kimyasallar, bakteriler ve virüsler için bir rezervuar olan tozlara iç mekânlarda daha çok maruz kalırlar.
- Fiziksel risk faktörü olarak toz görmeyi engeller; rahatsızlık hissi verir ve hava kalitesini düşürür.
- Ancak sağlık açısından görünmeyen toz daha tehlikelidir. 5 mikrondan küçük tozlar havada çok uzun süre asılı kalabilir ve yalnızca HEPA filtreler tarafından tutulabilir. Havada gördüğümüz her bir toz zerreciğine karşılık 9 adet görünmeyen toz zerreciği vardır.
- Tozlar 400 mikrondan küçük ve havada asılı kalabilen parçacıklardır. Bunların 100 mikrondan küçük olanları ağız ve burun boşluğundan geçebilir. Ancak 10 mikrondan küçük olanları burun kıllarını ve üst solunum yolundaki siliyer aktivite dediğimiz korumayı aşarak akciğerlere kadar inebilir.
- 5 mikrondan küçük olan tozlar akciğerdeki gaz değişim alanlarına kadar ilerleyebilirler. Sağlık açısından en tehlikeli tozlar bunlardır.
- Bu bölgeye kadar gelen tozlar akciğerin savunma sistemi tarafından bertaraf edilir. Ancak bertaraf edilmesi mümkün olmayan tozlar kan dolaşımına geçerek sistemik bir etkiye yol açabilir ya da akciğerde depolanabilir.
- Tozlar içerisinde ayrıca akarlar, hamam böceği, evcil hayvan ve fare alerjenleri ve küf dahil olmak üzere, tozun biyolojik risk etmeni olarak da nitelendirilmesini sağlayan çok sayıda organik madde vardır. Bilimsel çalışmalarda alerji ile astım semptomlarının yanı sıra artan hırıltı, devamsızlık ve gece uykusuz kalma ile ilişkili oldukları gösterilmiştir.

Kimyasal Risk Faktörleri

Halk eğitimi merkezlerinde hijyeni tehdit eden bir diğer faktör kimyasal risk faktörleridir.

3. Kimyasal Risk Faktörleri

Kimyasallar hayatımızın her alanında olduğu gibi halk eğitimi merkezlerinde de bolca bulunurlar ve üç yolla vücudumuza girerler.

- Solunum yoluyla
- Sindirim yoluyla
- Cilde temas yoluyla

- Solunum yoluyla vücuda giren kimyasallar gaz, buhar, duman, aerosol ve toz biçimli olabilir. Kana karışma özelliği olan tozlar vücutta gösterecekleri sistemik etkiler nedeniyle kimyasal risk olarak da adlandırılır.
- Halk eğitimi merkezlerinde eğitim amaçlı kullanılan kimyasallar dışında kursiyerlerin tehlikeli kimyasal olarak adlandırdığımız yanıcı, yakıcı, toksik, alerjen ve mutajen maddelere maruz kalma olasılıkları düşüktür.

Tozdaki kimyasallar inşaat malzemelerinden ve halı, mobilya ve okul malzemeleri gibi ürünlerden kaynaklanır. Zamanla bu ürünlerden havaya ve toza kimyasallar salınır. Yaygın kullanımları nedeniyle, bu kimyasalların kurum ortamında bulunmaları çok olasıdır.

- Kişiler yanlışlıkla yemek yeme, soluma veya toza dokunma yoluyla kimyasallara maruz kalırlar. Kurum tozunda yaygın olarak bulunan kimyasallar arasında asbest ve PCB'ler gibi eski kirleticiler ile alev geciktiriciler, leke tutmayan kimyasallar ve ftalatlar gibi yeni ortaya çıkan kimyasallar bulunur.

İç Ortam Hava Kirliliği

Kişilerin maruz kaldığı fiziksel risk etmenlerinden tozu ve uçucu kimyasalları iç ortam hava kirliliği başlığı altında toplayabiliriz.

İç ortam hava kirleticileri hassas ciğerleri tahriş ederek astım ve solunum problemlerini tetikler.

Kötü iç hava kalitesi, endokrin bezlerinin, sinir ve bağışıklık sistemlerinin gelişimini de etkiler; soğuk algınlığı ve grip gibi hastalıkların kolayca yayılmasına yol açar.

- Halk eğitimi merkezlerinde uçucu organik bileşiklerin en önemli kaynağı, yüksek oranda klorlu hidrokarbon içeren temizlik malzemeleridir. Temizlik sırasında abartılı ölçüde kullanılan ve havalandırılmayan alanlarda bolca maruz kalma durumu yaşanır.
- Trafiğin yoğun olduğu bölgelerdeki halk eğitimi merkezlerinde araçlardan yayılan karbon monoksit, nitröz oksitler, uçucu organik bileşikler, sülfür dioksit ve dizel araç motorlarının ürettiği partikül maddeler iç ortam havasını kirletir. Dışardaki kirli hava doğal havalandırma ya da dışarıya bağlı havalandırma sistemleri yoluyla içeri sızar.
- Özellikle inşaatların yoğun olduğu bölgelerdeki halk eğitimi merkezlerinde eski binaların yıkımı sırasında havaya karışan asbest ve çimento tozları sağlık açısından bir başka ciddi tehdit unsurudur.

Temizlik sırasında en güçlü kimyasalların ve en agresif yöntemlerin en iyi sonucu vereceğine inanılır. Oysa rutin temizlik, kirliliğin ve patojen özellikli mikroorganizmaların giderilmesinde yeterlidir. Ağartıcı ve amonyak içeren temizleyicilerin iç ortam hava kalitesine verdikleri zarar, yararlarından fazladır.



- Astım gibi solunum sistemi hastalıkları ile ilişkilendirilen kötü hava kalitesinin nedenleri arasında en çok rutubete bağlı hasarlar, hayvansal ve biyolojik alerjenler, NO₂, yapay havalandırma sistemlerindeki nem veya kir, düşük havalandırma oranı, formaldehit, temizlik ürünleri, dış ortam kirleticileri ve araç egzozu yer almaktadır.
- Yüksek havalandırma oranları, enfeksiyon hastalıkları ve solunum sistemi hastalıklarının hızını azaltmıştır.
- Isının ve bağıl nemin konfor bölgesi içinde tutulması konsantrasyon gerektiren zihinsel beceriler üzerinde çok olumlu bir etki yapmıştır.
- Havadaki veya yüzeylerdeki toz halk eğitimi merkezlerinde sağlığı bozmaktadır.

Ergonomik Risk Faktörleri

Hijyen açısından tehdit oluşturan bir diğer risk grubu ergonomik risk faktörleridir.

4. Ergonomik Risk Faktörleri

Ergonomi, insanın var olduğu çevrenin, kullandığı araç gerecin ve eylemlilik içinde bulunduğu sistemlerin insanın anatomik ve fiziksel özelliklerine uygun bir biçimde tasarlanması ve kullanıma sokulması bilimidir.



İşimizi Yaparken Nelere Dikkat Edelim?

Temel Ergonomi Prensipleri

- Çalışırken vücudumuz en doğal pozisyonda olmalıdır.
- Vücut ağırlığımızı kaldırma / itme / çekme işlemlerinde ters kuvvet olarak lehimize kullanmalıyız.
- Uygulanan kuvvetin tatbik noktası ağırlık merkezine yakın olmalıdır.
- Kuvvet uygularken mümkün olduğunca fazla sayıda kas ve kas grubuna görev bölüştürülmelidir.

Ergonomide Temel Prensipler



İş yaparken vücudumuzu en doğal pozisyonda tutmalıyız.



İş yaparken, taşıma veya kaldırma esnasında cisimleri vücudumuza yakın tutulmalıyız.



Vücudumuzu bükmekten kaçınmalıyız.



Vücudumuzun dönmesi sırt bölgesine aşırı yük getirir. Vücudumuzu döndürmekten kaçınmalıyız.



Yükleri tek elle taşımaktan kaçınmalıyız.



Aşırı uzanmalardan kaçınmalıyız.



Omuz mesafesi üzerinde yük taşımaktan kaçınmalıyız.



Kaldıracağınız yükleri:
- Azaltın.
- Hafifletin.
- Kısıtlayın.



Yük taşıma için mekanik cihazlardan faydalanmalıyız.

Halk Eğitimi Merkezlerinde Hijyen Destek Personeli Uygulama Eğitimi

Prof. Dr. Halim İşsever
İstanbul Tıp Fakóltesi
Halk Sağlığı AD

Halk Eğitimi Merkezlerinde Hijyen Destek Personeli Uygulama Eğitimi

Projenin Hijyen Yaklaşımı Destek Personeli

Çevresel hijyen konusunun önemli bir bileşenidir.

Kurum ortamının temiz tutulmasından sorumludur.

Kaza ve yaralanmaya yol açabilecek her türlü durumu fark edebilecek ve önlem alıp tehlikeyi önleyecek yeterlikte olmalıdır.

Kurum müdürü tarafından denetlenir, ancak **süreklilik** konusunu içselleştirmelidir.

Çevresel hijyenin bir anlık ulaşılabilir bir durum olmadığı, sürekli sağlanması gereken bir hal olduğu konusunda kendini eğitmelidir.



Temizlik ve Düzen

Kurumda temizlik ve düzen:

- Çalışma isteğini ve verimliliği artırır.
- Stres ve tükenmişliği azaltır.
- Kaza olasılığını azaltır.
- İş güvenliğini sağlar.

Halk Eğitimi Merkezlerinde Hijyen Destek Personeli Uygulama Eğitimi

DP

Unutmayın!

- Kurumda salgın hastalık vakalar tespit edilmemiş olsa bile kurum idaresi tarafından hazırlanan hijyen ve sanitasyon programını mutlak surette uygulayın.
- Genel önleyici tedbirler açısından salgın hastalık vakalarının olması durumunda ortak alanlarda (tuvaletler, salonlar, koridorlar, asansörler, açık alanlar vb.) temizlik ve dezenfeksiyon önlemlerinin uygulanmasına özel olarak dikkat edin.
- Merdiven tırabzanları, kapı kulpları, asansör düğmeleri, korkuluklar, anahtarlar, kapı kolları vb. sık dokunulan yüzeyleri daha sık ve daha özenli temizleyin.
- Temizlik sırasında kullanacağınız temizlik malzemeleri ve araçlarını üreticinin talimatları doğrultusunda kullanın.

Temizlikte 4 Renk

Renk Kodu

- Renk kodlu temizlik, sağlık ve hijyenin çok önemli olduğu tüm sektörlerde hijyen standartlarını en üst seviyede tutmanın en yaygın ve en basit yoludur.
- Bu süreç mikropların bölgeden bölgeye yayılmasını azaltmaya yardımcı olacaktır ve eğitim merkezlerinde hayati öneme sahiptir.
- Ayrıca çapraz bulaşma, hastalığa neden olabileceğinden evimizde veya iş yerinizde riski azaltmaya yardımcı olmak için idealdir.
- Renk kodlu temizlik, bir işletmenin, mekânlarının belirli alanları için temizlik ekipmanlarına belirli renkler atadığı süreçtir.
- Öncelikle bez, mop, kova ve eldiven gibi ürünler belirli renklerde satın alınmalı ve renklerine göre belirlenen alanlarda özel olarak kullanılmalıdır.
- Temizlik ekipmanı renkleri, kullanım alanlarını temsil eder.
- Örneğin daha önce tuvaleti paspaslamak için kullanılan bir paspasla mutfakı paspaslamazsınız.
- Mikrofiber paspaslar da renk kodlu olmalıdır.

- Temizlik sırasında hijyeni sağlamak için temizlenecek alanların renk sistemi vardır.
- **Kırmızı, sarı, mavi ve yeşil** kolayca ayırt edilebilen dört renktir.
- Her renk, ayrı bir alanı temsil eder. Bu ayırım, daha önce tuvaleti temizlemek için kullanılan bir bezin bir masanın tozunu almasını engeller.
- Poliüretan malzemeden kova, bez ve temizlik süngerleri ilgili renklerde mevcuttur.

KIRMIZI

Tuvaletler, pisuvarlar ve çevredeki fayanslar için



SARI

Lavabo, fayans, raf, armatür ve ayna gibi sıhhi alanlar için



MAVİ

Masa, dolap, sandalye, pencere, raf, radyatör, kapı vb. mobilyalar, aynalar, koridorlar için



YEŞİL

Özel alanlar, bakım alanları veya mutfaklar için



Temizlikte ve Hijyende Önemli Noktalar

Temizlikte ve Hijyende Önemli Noktalar

DP

Önemli Noktalar

- Tüm sosyal ve ortak kullanım alanlarını temiz ve düzenli tutun.
- Alanları sık aralıklarla uygun şekilde temizleyin ve gerektiğinde dezenfekte edin.
- Personel ve diğer kişiler tarafından kullanılan umumi tuvaletler ve ortak kullanım alanlarındaki antiseptik madde dispenserlerini kontrol edin. İhtiyaç halinde antiseptik madde ilave edin.
- Arızalı ekipmanlar olması halinde durumu ivedilikle kurum idaresine bildirin.
- Kurum idaresiyle iş birliği içinde olun.

DP

Genel Temizlik Sırasında Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar

- Her tür temizlik işlemi sırasında uygun eldiveni giyin.
- Tüy bırakmayan temizlik bezi tercih edin.
- Temizliği:
 - **Temizden kirliye doğru yapın.**
 - **Kişiler gelmeden önce yapın.**
 - **Malzemeleri her alan için farklı olacak şekilde yapın.**
- Temizliğe, doğru ve eksiksiz malzemeyle başlayın.
- Temizlenecek alana göre kova ve bez rengi belirleyin.
- Kirli eldiven ve ellerle kapı kolu, telefon, masa vb. yüzeylere dokunmayın.
- Temizlik solüsyonunu temizlenen bölgenin durumuna göre belirlenen ölçülere uygun olarak hazırlayın.
- Temizlik bitiminde tüm malzemeleri (temizlik bezleri, kovalar, fırçalar) uygun şekilde yıkayıp kurulaşın.
- Tuvalet temizliğini en son yapın.
- Temizliğin bitiminde kurumun o bölümü için hazırlanmış olan "Temizlik Takip Çizelgesini" doldurun.

Temizleyin!

DP

- Yüzeyleri sabun ve su kullanarak temizleyin.
- Masalar, kapı kolları, elektrik anahtarları, tezgâhlar, kulplar, telefonlar, klavyeler, tuvaletler, musluklar, lavabolar vb. yüzeylerin temizliğini sıklıkla yapın.

Dezenfekte Edin!

DP

- Alanı veya materyali kirli ise önce sabun ve su veya deterjanla temizleyin. Daha sonra dezenfektan kullanın.
- Onaylı dezenfektanları tercih edin. Ürünün güvenli ve etkili bir şekilde kullanılmasını sağlamak için etiket üzerindeki talimatları uygulayın.
- Çözeltiyi yüzeyde en az 1 dakika bekletin.
- Sadece kurum idarecileri tarafından sağlanan temizlik (deterjan) ve dezenfektan ürünleri kullanın.
- Yüzey uygunsa seyreltilmiş (yüzey özelliğine göre 1/10 veya 1/100 oranında) ev tipi sodyum hipoklorit çözeltileri de kullanılabilir.
- Sodyum hipoklorit, uygun şekilde seyreltildiğinde virüslere karşı da etkili olacaktır.
- En az %70 alkol içeren alkol çözeltileri de kullanılabilir.
- Sık dokunulan yüzeylerin temizlik sonrası dezenfeksiyonu için 1/100 oranında sulandırılmış (5 litre suya yarım çay bardağı) sodyum hipoklorit kullanılabilir.
- Klor bileşikleri yüzeylerde aşınmaya sebep olabilir.
- Bu nedenle dayanıklı yüzeyler için kullanılması önerilen bir dezenfektandır.
- Tuvalet dezenfeksiyonu için 1/10 oranında sulandırılmış (1 litre suya bir çay bardağı) sodyum hipoklorit kullanılmalıdır.

Sosyal ve Ortak Kullanım Alanları

Sosyal ve Ortak Kullanım Alanları

- Kurum Girişi
- Bekleme Salonu
- Derslikler / Odalar
- Atölyeler / Laboratuvarlar
- Eğitimciler Odası

- Toplantı / Konferans Salonu
- Kantin / Yemekhaneler
- Revir / Sağlık Odası
- Asansörler

- Personel Soyunma Odaları
- Kurum Bahçesi / Açık Alanlar
- Kapalı Alanlar
- Spor Salonları
- Tuvaletler

Derslikler / Odalar

DP

- Temizliğe, doğru ve eksiksiz malzemeyle başlayın. Malzeme eksikliği olması halinde bu durumu kurum idaresine bildirin.
- Tabletler, dokunmatik ekranlar (etkileşimli tahta vb.), klavyeler, uzaktan kumandalar vb. araçların dezenfeksiyonu için üretici talimatlarına uyun. Başka bir öneri yoksa, bu araç gereçleri en az %70 alkol içeren sprey veya mendille temizleyin.

Derslikler / Odalar

DP

Temizliğe ilişkin önemli noktalar:

- Odaların temizliğinde **mavi bez**, **mavi kova** ve **mavi eldiven** kullanın.
- Odaların zemin temizliğinde **mavi-kırmızı** çift kovalı-presli paspas arabası kullanın.
- Odaları uygun periyotlarda havalandırın.
- Çöp kovalarını birikmeden boşaltın ve uygun poşet kullanın.
- Odadaki çöp kovalarının içinde bulunan çöp poşetleri oda dışına çıkarılarak ağzı bağlandıktan sonra servise ait büyük çöp bidonuna taşınmalıdır.
- Çöp kovası kirlenmişse yıkayıp temizleyerek kurulayın.
- Tüm eşyaların, masaların, oturma gruplarının ve duvar bantlarının tozunu alın.
- Oda temizliğini toz kalkmayacak şekilde yapın.
- Zemin ve koridor zeminin sabahki ilk temizliğini uygun konsantrasyonda hazırlanmış dezenfektan solüsyonla (1/100 oranında sulandırılmış-5 litre suya yarım küçük çay bardağı sodyum hipoklorit-çamaşır suyu) yapın.
- Kapı kolu, telefon vb. temas edilen yüzeyleri gün içinde birkaç kez hazırlanan dezenfektan solüsyonla ıslatılmış nemli bezle silin.
- Çekilebilir tüm malzemeleri çekerek alt ve yüzey temizliğini yapın, odaların camlarını silin.
- Tüm derslikleri/odaları temizlenmeden önce kapısı kapalı durumda en az 1 saat doğal yollarla havalandırın.

Derslikler / Odalar

DP

- Daha sonra temizliği kapı kapalı ve pencere açık olacak şekilde yapın.
- Tüm yüzeyleri uygun şekilde temizleyin.
- Temizlik sırasında uygun maskeyi takın ve eldiven giyin.
- Ortak kullanılan ekipman ve dolapları mümkün olduğunca düzenli olarak dezenfekte edin.
- Dersliklerde yer alan ortak temas yüzeylerini kullanımdan sonra temizleyin ve bir sonraki derse temiz olarak sunun.
- Kullanılan makinelerin yüzey temizlikleri varsa üretici firmaların belirlediği kriterleri dikkate alın.

Kurumun Bölümleri

DP

Kurum Girişi, Güvenlik, Danışma

- Kurum girişinde ziyaretçilere ziyaretçi kartları veriliyorsa bu kartları dezenfekte edin.

Bekleme Salonu

- Bekleme salonu/lobi alanlarının temiz ve düzenli tutulmasını sağlayın.
- Tüm alan ve içindeki mobilya ve eşyayı sıklıkla, tercihen çevre ile aynı zamanda temizleyin.
- Eğer varsa, alkol bazlı el antiseptiğini bitmesi durumunda yenisiyle değiştirin.

DP

Atölyeler / Laboratuvarlar

- Temizliği kullanıcıları tarafından yapılacak ekipman ve çalışma alanlarının her kullanımdan önce düzenli dezenfeksiyonu konusunda kullanıcılara temizlik açısından destek olun.

Toplantı / Konferans Salonları

- Toplantı öncesi ve sonrasında masa, teknik donanım, mikrofon vb. araç gereçlerin temizliğiyle genel temizliği yapın.

Revir / Sağlık Odası

- Kurulışta bulunan revir / sağlık odası vb. alanların temizlik ve dezenfeksiyonunu uygun şekilde yapın.
- Revirde oluşan atıkları atık yönetimi maddesinde anlatıldığı şekilde bertaraf edin.

Personel Soyunma Odaları

- Her kullanım sonrası gerekli temizliği ve dezenfeksiyonu yapın.
- Ortamı yeterli miktarda havalandırın.

Kurum Bahçesi ve Açık Alanlar

- Kurum bahçesinin ve açık alanlarının temizliğine özen gösterin.
- Oturma üniteleri ve diğer ekipmanların temizlik ve dezenfeksiyon işlemlerini yapın.

Kapalı Alanlar

- Kurum idaresi tarafından oluşturulan temizlik ve dezenfeksiyon programını uygulayın.
- Bu alanları sık aralıklarla temizleyip havalandırın.

Spor Salonları

DP

- Spor salonlarındaki çöp kutuları ve atık kumbaralarını düzenli olarak boşaltın.
- Spor salonunun ve egzersiz araçlarının temiz tutulmasına dikkat edin.
- Spor salonlarını sık sık havalandırın.
- Yer ve yüzeylerin temizliğinde nemli silme-paspaslama tercih edin. Toz çıkaran fırçayla süpürme işleminden kaçının.
- Su ve deterjanla temizlik sonrası dezenfeksiyon için 1/100 oranında sulandırılmış (5 litre suya yarım küçük çay bardağı) sodyum hipoklorit (çamaşır suyu) kullanılabilir.
- Klor bileşikleri yüzeylerde aşınmaya sebep olabilir. Bu nedenle dayanıklı yüzeyler için kullanılması önerilen bir dezenfektandır.
- Tuvalet dezenfeksiyonu için 1/10 oranında sulandırılmış (1 litre suya bir çay bardağı) sodyum hipoklorit (CNo:7681-52-9) kullanın.
- Varsa ekipmanları düzenli olarak temizleyin. Bu işlem sırasında %70'lik alkolle dezenfeksiyon işlemi sağlayabilirsiniz.



Tuvalette Temizlik ve Hijyen

Tuvalet, Klozet ve Lavaboların Temizliğinde Önemli Noktalar

DP

- Temizliğe başlamadan önce kişisel koruyucu donanımları giyin.
- Ellerinizin kimyasallarla temasını önlemek için eldiven kullanın.
- Eğer zemini yıkayacaksanız, kayma ve düşme riskini önlemek için su geçirilmeyen bir iş çizmesi tercih edin.
- Kişilerin kayma / düşme riskine karşı uyarılması için gerekli yerlerde uyarıcı levhalar kullanın.
- Tuvalet temizliği sırasında kullanılan kimyasallardan kaynaklı gazları solumamak için maske takın.
- Ortamın havasız kalmaması için camları ve kapıları açık tutun.
- Kullanılacak temizleyicileri birbiriyle kesinlikle karıştırmayın.
- Sabun, dezenfektan / el antiseptiği sağlayan dispenserlerin, tek kullanımlık kâğıt mendil aparatları vb. ekipmanların eksiksiz ve düzgün çalışmasını sağlamak için rutin kontrollerini yapın.
- Eksiklik varsa kurum idaresiyle iletişime geçin.
- Tüm temizlik malzemelerini içeride ilgili alanlarda tutun.
- Tuvalet paspaslarınız varsa onları o alanda tutmaya çalışın.
- Paspasları saklamak için çıkarmanız gerekiyorsa, başka alanları kirletmeyeceğinden emin olun.
- Tuvalet paspaslarını başka alanı temizlenmek için kullanmayın.
- Kapılar ve kapı kolları dahil tüm yüzeyleri uygun deterjan / dezenfektan ile sık aralıklarla temizleyin.
- Kuruluşta salgın hastalık taşıyan kişi yoksa klozet, lavabolar ve kapı yüzeyleri dahil tüm yüzeyleri su ve uygun deterjanla sık sık temizlemeniz yeterlidir.

Tuvalet Temizliği Nasıl Yapılmalıdır?

DP

- Temizliğe, doğru ve eksiksiz malzemeyle başlayın.
- Tuvalet temizliğinde **kırmızı bez, kırmızı kova** ve **kırmızı eldiven** kullanın.
- Tuvalet zemin temizliğinde **"TUVALET TEMİZLİĞİ İÇİNDİR"** etiketli **mavi-kırmızı çift kovalı-presli paspas** arabası kullanın.
- Klozet içi ve çevresinin temizliğinde, o alana ait malzemeleri kullanın.

Tuvalet temizliğinde kullanılan malzemeler başka alanlarda kullanılmamalıdır.



15 Adımda Tuvalet Temizliği

DP

1. Önce eldiven takılır.
2. Çöpler dökülerek çöp kutusu temizlenir.
3. Tavan ve lambalar temizlenir ve varsa örümcek ağları alınır.
4. Duvar ve kapılar genel temizlik maddesiyle temizlenir ve hemen kurulanır.
5. Aynaların temizliği cam suyu sıkılarak yapılır ve kuru bezle kurulanır.
6. Lavabo, fayanslar, musluk başları ve kapı kollarının temizliği için dezenfektan ilaç yukarıdan aşağıya doğru sıkılır, kir varsa fırçalanır. Durulamadan önce dezenfektan ilacın etkisini göstermesi için biraz beklenir.
7. Dezenfektan ilacın kullanıldığı tüm yerler durulanır, kurulanır.
8. Ardından klozetlerin / pisuvarların temizliğine başlanır ve klozetin / pisuvarın çevresi silinir.
9. Sifon çekilir ve ardından uygun ölçülerde çamaşır suyu klozete / pisuvara dökülür.
10. Klozet kapağı kapatılarak birkaç dakika beklenir.
11. klozetin / pisuvarın içi tuvalet fırçasıyla iyice temizleyip sifonu çekilir.
12. Klozetin çevresi ve kapağı ile pisuvarın çevresi yeniden iyice silinir.
13. Yerler deterjanlı su ile fırçalanıp çekilir, mop ile kurulanır.
14. Eldivenli eller sabunla yıkanır ve tüm temizlik malzemeleri temizlenerek görünmeyen bir yere kaldırılır. Eğer tek kullanımlık eldiven kullanılıyorsa eldiven atıldıktan sonra eller 20 saniye sabunla yıkanır.
15. Her işlemin ardından "Temizlik Takip Çizelgesi" doldurulur.

Temizlik Yaparken Dikkat Edilmesi Gerekenler

Temizlik Yaparken

DP

- Atık taşıma da dahil olmak üzere temizleme sürecindeki tüm görevler için tek kullanımlık eldiven ve önlük giyin.
- Kullanılan temizlik / dezenfektan ürünleri ve sıçrama riski olup olmadığına bağlı olarak ek kişisel koruyucu donanım gerekiyorsa kullanın.
- Kendinizi korumak ve çevrenin kirlenmesini önlemek için eldiven ve önlüğünüzü dikkatli bir şekilde çıkarın.
- Ellerinizi sık sık sabun ve suyla en az 20 saniye yıkayın.
- Ellerinizi, eldivenleri ve maskeyi (kullanılıyorsa) çıkardıktan hemen sonra ve hasta bir kişiyle temastan sonra yıkayın.
- Sabun ve suya ulaşamadığı durumda eller, sabunla temizlenmesini gerektirecek kadar gözle görülür şekilde kirli değilse, alkol bazlı el antiseptiği kullanılabilir.
- Bununla birlikte, eller gözle görülür şekilde kirliyse, ellerinizi mutlaka sabun ve suyla yıkayın.

Maskeler

DP

- Burnunuzu ve ağzınızı iyi bir şekilde kapatın.
- Maskeyi kullandıktan sonra ön yüzüne dokunmayın.
- Solunum zorlaşırsa, maske hasar görür veya bozulursa maskeyi uygun çöp kutusuna kapatın ve yenisini takın.
- Islanan, nemlenen, kirlenen maskenizi yenisiyle değiştirin.
- Maskenizi takarken ve çıkardıktan sonra ellerinizi temizleyin.
- Maskeler kullanım sırasında veya kullanımdan sonra kullanıcının boynuna sarkmamalıdır.



Tek Kullanımlık Eldiven

DP

- Eldiveninizi işlem sonrasında veya görevinizi tamamlandıktan sonra uygun şekilde çıkartın ve hemen el hijyeninizi sağlayın.
- Eldivenlerin, özel alanlar ve işlemler dışında kullanılması önerilmez.
- Hasta veya salgın hastalık şüphelisi kişilerin taşınması veya onlara temas edilmesi durumunda kullanılmalıdır.

Çift Kovalı-Presli Paspas Arabası Kullanımı

DP

- Paspaslama için kullanılacak suyun ılık olmasına dikkat edin.
- Temiz su için **mavi kova**, kirli su için **kırmızı kova** kullanın.
- Kirli paspasla temizlik yapmayın. Kirlenen paspası önce **kırmızı kovada** kirinden arındırıp, sonra **mavi kovada** yıkayın. Sıkma presini **kırmızı kova** üzerine çevirerek sıkma işlemini yapın.
- Gün içinde kullanılan tüm paspasları, gün sonunda sıcak su ve deterjanla yıkayıp kuruladıktan sonra tekrar kullanıma sokun.
- Islak paspasla silinen alanları **kuru mop** ile hemen kurulayın.
- Paspaslama işlemi sırasında kirlenme, kayma ve düşmeleri önlemek için gerekli noktalara uyarı levhaları koyun.

Atık Yönetimi

Atık Yönetimi

DP

- Kapalı ve açık alanlarda, atıkların bertaraf edilmesi için yetkili kurumların ve yerel otoritelerin talimatlarına uyun.
- Sıvı ve katı atık toplama istasyonunu, atıkların her uzaklaştırılmasından sonra temizleyin.



HİJYENİK HALK EĞİTİMİ MERKEZLERİ (HEM) MODELİ UYGULAMA REHBERİ HİJYENİK TUVALET TASARIMI

Sağlıklı Bir Gelecek İçin

İŞİMİZ TEMİZ

İÇİNDEKİLER

Dikkat Edilmesi Gerekenler	99
Tasarım Sürecinde Dikkat Edilmesi Gereken Konu Başlıkları	99
Tasarım Özellikleri	100
Genel Tasarım Kararları	104
Halk Eğitimi Merkezleri Tasarım Örneği	105
Halk Eğitimi Merkezleri Tasarım Ölçülendirme	106
Genel Tasarım Özellikleri	107
Malzeme Önerileri	111
- Zemin ve Duvar Kaplaması	111
- Tavan Kaplama ve Aydınlatma	112
- Kabin	113
- Vitrifiye	114
- Tuvalet Aksesuarları	116
- Engelli WC	118
Tuvalet Örnekleri	119

Dikkat Edilmesi Gerekenler

Dikkat Edilmesi Gerekenler

- Hijyen
- Yaş aralığına göre tasarım
- Malzeme ve ürün seçimi
- Uygulama
- Sürdürülebilirlik

Tasarım Sürecinde Dikkat Edilmesi Gereken Konu Başlıkları

- Kabin Bölmeleri
- Malzemelerin Dayanıklılığı
- Klozet / Pisuar
- Tuvalet Kâğıtlığı
- Çöp Kovası
- Lavabo / Tezgâh
- Ayna
- Sabunluk
- El Kurutma
- Isıtma
- Havalandırma
- Pencere
- Aydınlatma
- Zemin Kaplaması
- Tavan Kaplaması
- Duvar Kaplaması
- Akustik
- Sürdürülebilirlik



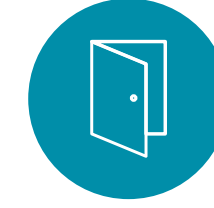
Kabin

- Kabinler daha kolay temizlenebilmesi için duvara monte edilmelidir.
- 120 cm'den daha düşük olmamalı
- Kabin yüksekliği 220 cm veya tavana kadar olmalı
- Kabin kapılarında mahremiyet sağlayacak şekilde alt kısımda belirli bir miktar boşluk bırakılmalıdır.
- Her kabinde birer adet askı olmalı
- Kullanılabilir kabin malzemeleri; katı sınıf laminat (SGL)
- Kolay silinebilir malzemeler olmalı
- Darbelere karşı dayanıklı, sağlam olmalı
- Kapı alt kısmında tekmelik olmalı

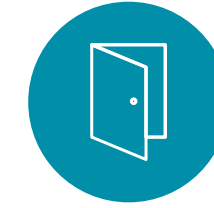
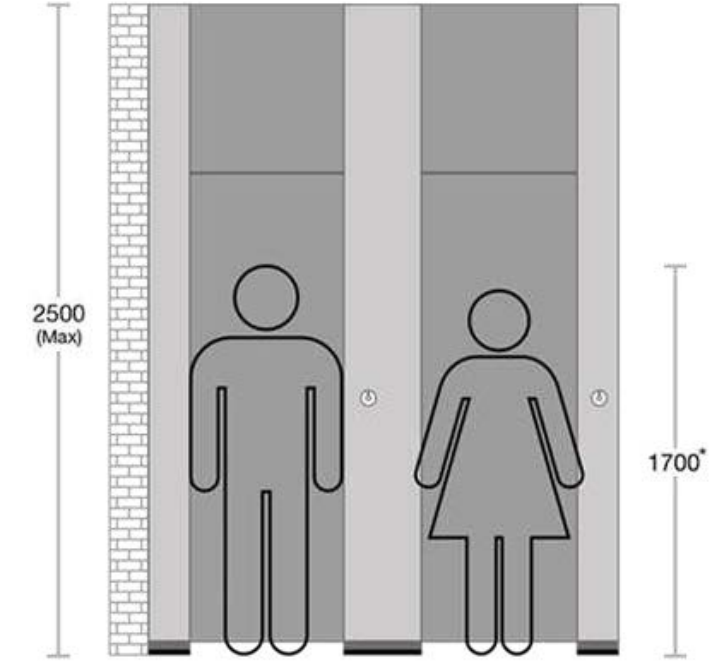


Klozet

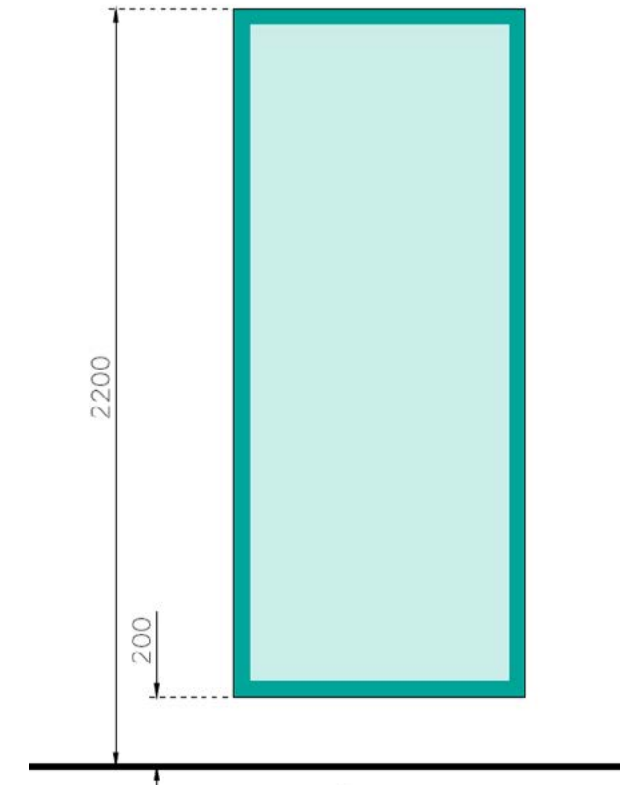
- Uygun yükseklikte monte edilmeli
- Klozet kapağı olmalı
- Kolay silinebilir malzemeler olmalı
- Darbelere karşı dayanıklı, sağlam olmalı



Kabin Boyutları



Kabin Altı Yüksekliği

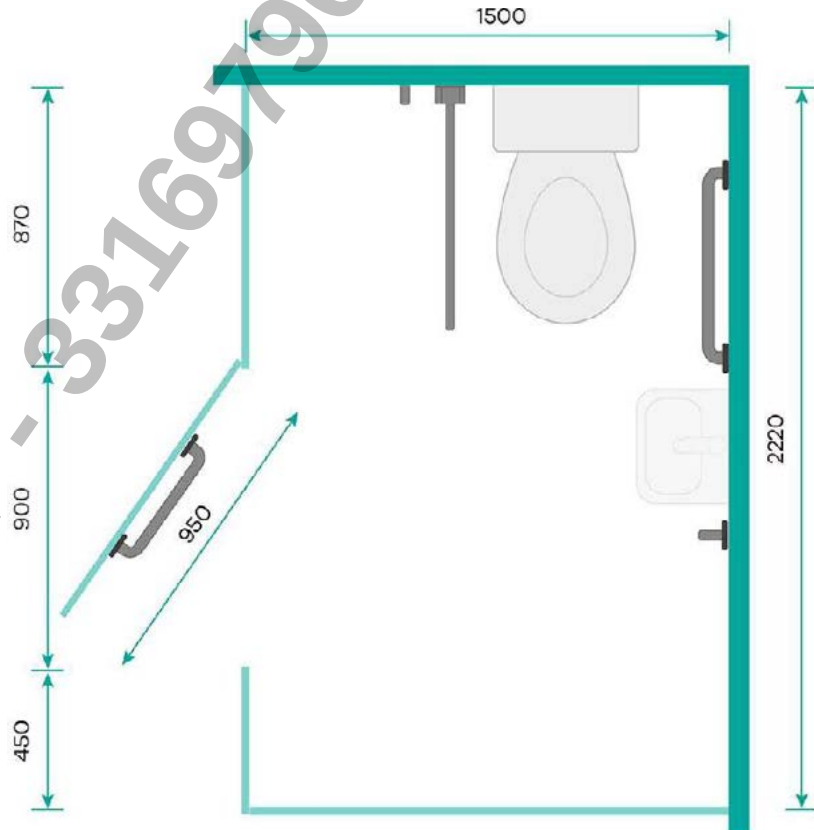




Standart Tuvalet Kabin Ölçüleri

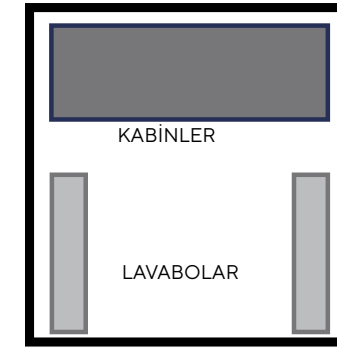
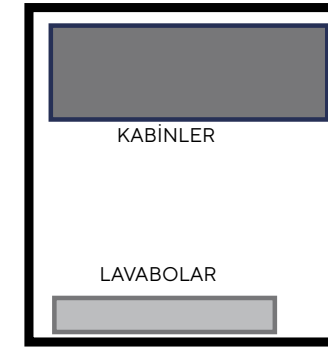


Engelli Tuvaleti Kabin Ölçüleri



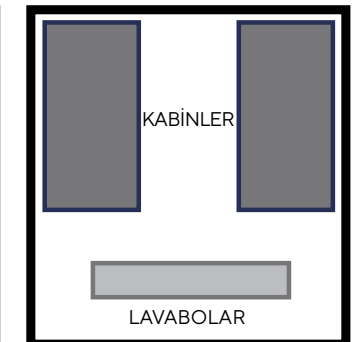
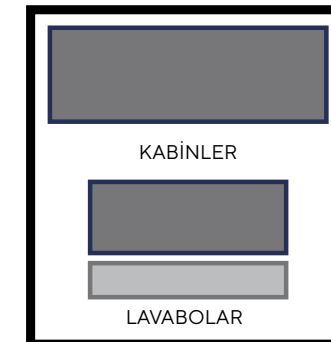
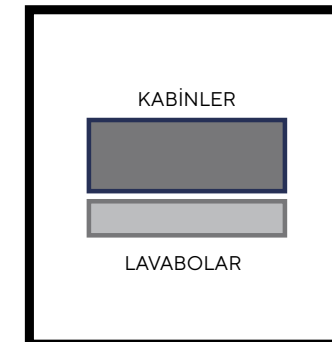
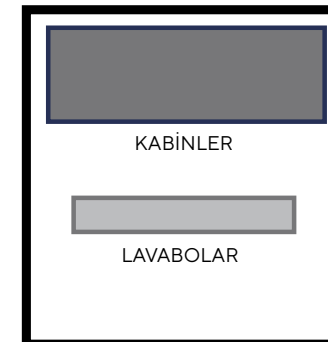
Standart Plan Şeması

- + Küçük metrekarelere uygun
- + En yaygın standart tuvalet planı
- Temiz alan ve kirli alan ayrımı yok

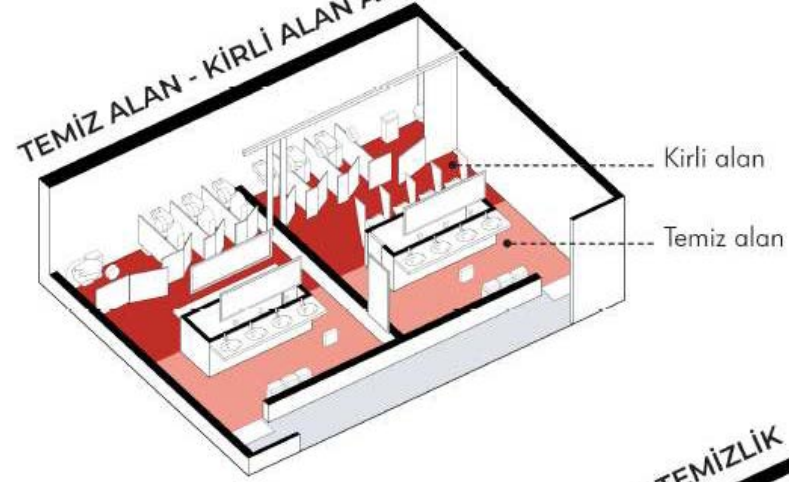


İki Bölümlü Plan Şeması

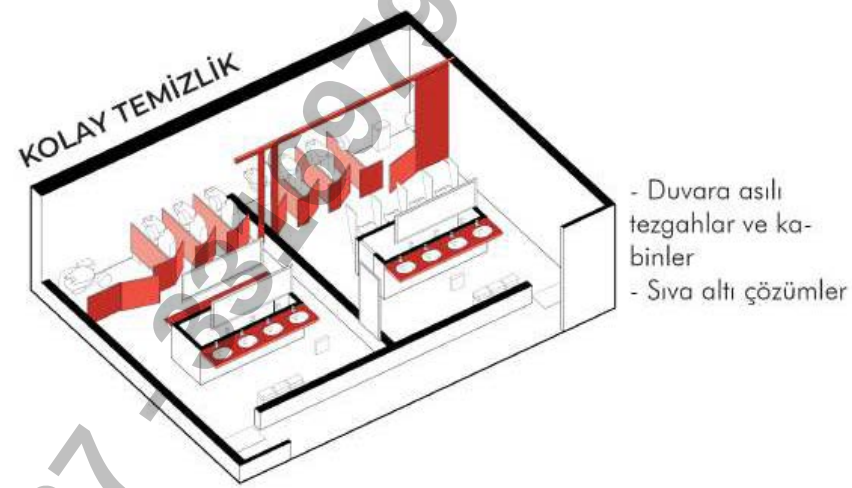
- + Temiz alan ve kirli alan ayrımı
- + Çift yönlü sirkülasyon
- + Görsel mahremiyet
- + Akustik
- Küçük metrekarelere uygun değil



TEMİZ ALAN - KİRLİ ALAN AYRIMI



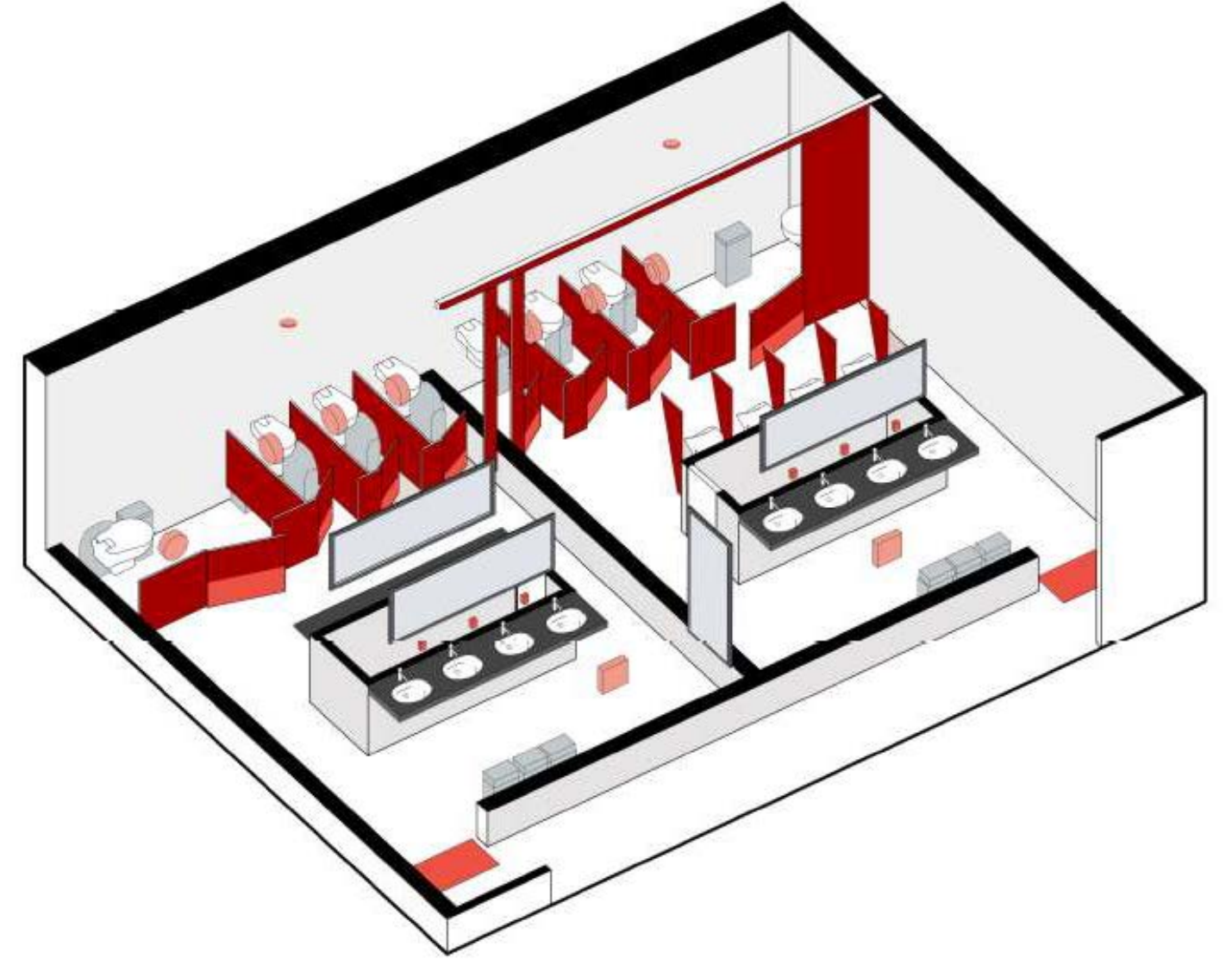
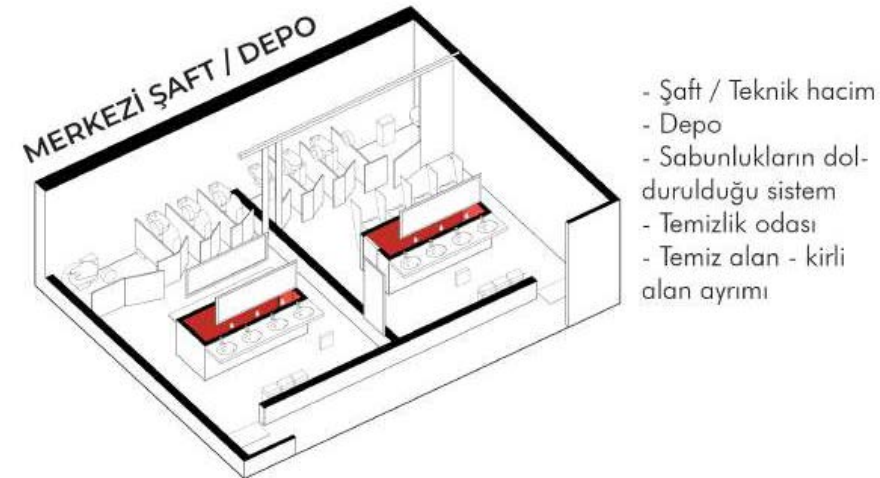
KOLAY TEMİZLİK

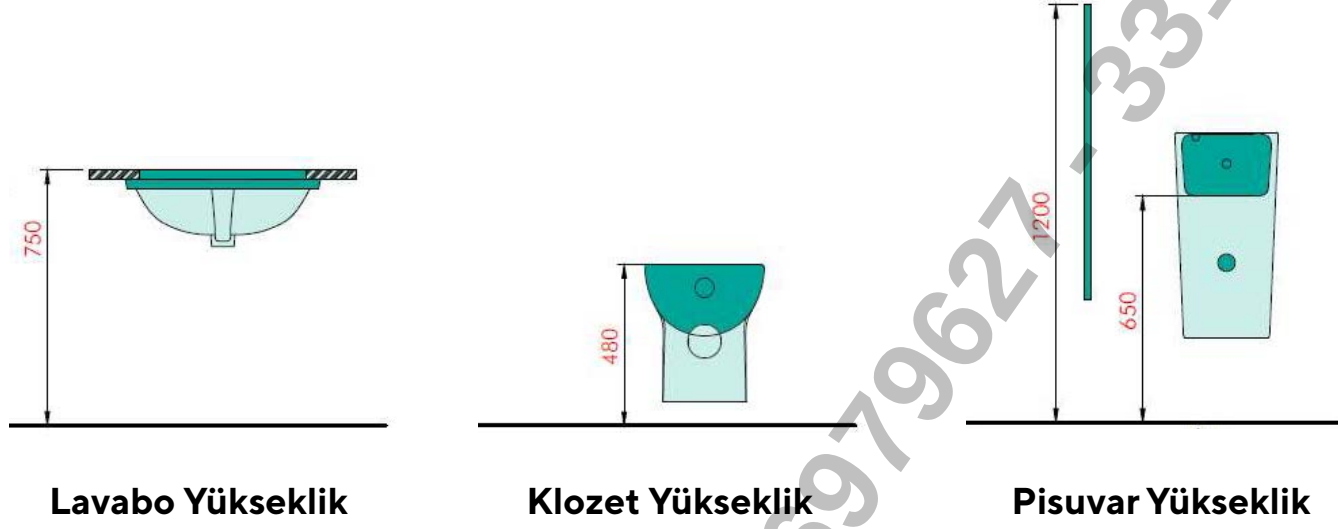


KONTAMİNASYONUN AZALTILMASI



MERKEZİ ŞAFT / DEPO





Pisuvlar

- Uygun yükseklikte monte edilmeli
- Her 20 kişiye 1 adet pisuvlar olmalı
- Aralarında ayırıcı panel kullanılmalı



Tuvalet Kâğıtlığı

- Her kabinde birer adet olmalı
- Kurumda depolanmalı



Çöp Kovası

- Her kabinde birer adet ve ortak alanda bir adet olmalı
- Her çöp kovasına çöp poşeti konulmalı ve kapaklı olmalı
- Kadın tuvaletlerinde hijyenik ped çöp kovası olmalı



Lavabo

- Uygun yükseklikte montaj edilmeli
- Sensörlü armatür kullanılarak hem su tasarrufu hem hijyen sağlanmalı
- Lavabolar tek tek ya da hijyenik olması açısından akrilik tezgâh kullanılmalı, köşe birleşimleri yuvarlak olmalı
- Sıcak su 43 dereceden daha sıcak olmamalı





Ayna

- Uygun yükseklikte monte edilmeli
- Duvara sabitlenmeli
- Çerçevesiz ayna kullanılmalı



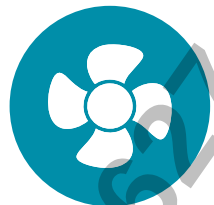
Sabunluk

- Lavaboların yanında bulunmalı
- Duvara sabitlenmeli
- Kurumda stoklanmalı
- Dezenfektan dispenseri bulunmalı



El Kurutma

- Kâğıt havlu dispenseri kullanılmalı
- Kurumda stoklanmalı



Havalandırma

- Doğal havalandırmanın yanında yapay havalandırma da olmalı



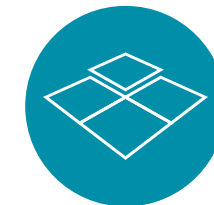
Pencere

- Sineklik takılmalı
- Vasistas pencere olmalı
- Kişilerin ulaşamayacağı yükseklikte olmalı



Aydınlatma

- Yeterli aydınlatma sağlanmalı
- LED aydınlatmalar kullanılmalı
- Manuel veya sensörlü aydınlatmalar kullanılmalı



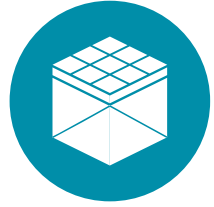
Zemin Kaplaması

- Suya dayanıklı olmalı
- Bakteri üremesini en aza indirmeli
- Kaygan zemin kaplaması olmamalı
- Kolay silinebilir olmalı
- Köşelerde kir birikmemesi için yuvarlak köşeler yapılmalı
- Uygun zemin kaplamaları:
 - Seramik kaplama(kaygan olmayan)
 - PVC kaplama
 - Epoksi kaplama



Duvar Kaplaması

- Suya ve neme karşı dayanıklı olmalı
- Darbelere karşı yüzeyi dayanıklı olmalı (Çizilmelere karşı vb.)
- Seramik kaplama yapılırsa düşük yansıtıcılık özelliğe sahip olmalı
- Süpürgelik ve zemin kaplama birleşimi eğrisel olmalı



Tavan Kaplaması

- Neme dayanıklı olmalı
- Kolay temizlenebilmeli
- Sensörlü LED aydınlatmalar ve tavanda duman dedektörü olmalı



Akustik

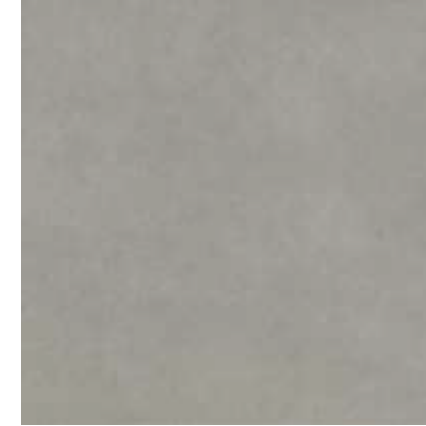
- Ses emici malzemelerin seçilmeli ve uygulanmalı
- Dış gürültünün izolasyonu sağlanmalı
- Döşeme, tavan ve duvarlarda seçilen malzeme ve sistemlerin gürültü oluşturu ve iletici olmaması sağlanmalı
- Kullanılabilen akustik malzemeler:
 - Kompakt laminat paneller
 - Akustik özellikle metal asma tavan kaplamaları
 - Baffle panel ve bir çok ses yalıtım malzemeleri



Porselen Seramik Karo

Özellikler:

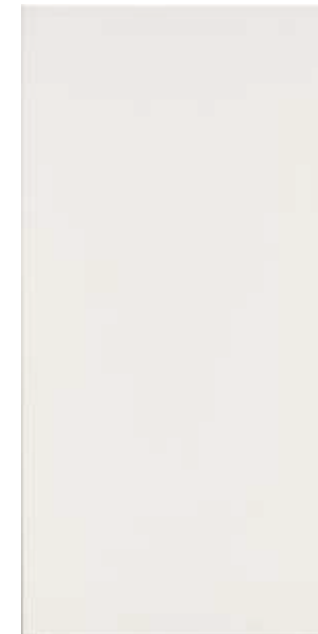
- Luxury Cement Gri
- 60x60 cm



Porselen Seramik Karo

Özellikler:

- Soft Açık Gri Mat
- 60x60 cm



Seramik

Özellikler:

- Mat
- Rektifiyeli
- Süper Beyaz



Seramik

Özellikler:

- Süper Beyaz

Asma Tavan

Özellikler:

- Alüminyum asma tavan sistemidir.
- Ses yalıtımı sağlar.
- Akustik özelliği vardır.
- Neme ve yangına karşı dayanıklıdır.
- Farklı aydınlatma, ısıtma ve yangın söndürme elemanlarıyla entegre kullanım özelliğine sahiptir.



Kabin / G-Com

Özellikler:

- Darbelere, yangına, suya ve neme dayanıklıdır.
- Çürümez, bakteri barındırmaz ve kolaylıkla temizlenebilir.
- CGS, CGF sertifikalarına sahiptir.



Kabin / G-Com AntiGraffiti

Özellikler:

- Yüksek aşınma direncine sahiptir.
- Graffiti uygulamalarında kullanılan farklı tür boya / keçeli kalemler - işaretleyici maddelere karşı yüksek direnç göstermektedir.
- Çekme dayanımı, eğilme-bükülme dayanımı, düşük ısı genleşme katsayısı ve yüksek elektriksel direnç açısından üstün performans sergileyen HPL çekirdek özelliğine sahiptir.
- CGS, CGF sertifikalarına sahiptir.





Lavabo

Özellikler:

- Beyaz
- 56x46 cm
- Orta armatür delikli, su taşma delikli
- Duvara montaja uygun



Klozet

Özellikler:

- Beyaz
- 65x35 cm



Lavabo Bataryası

Özellikler:

- Konfor Uzunluğu: 125 mm
- Konfor Yüksekliği: 83 mm



Pisuvar

Özellikler:

- Beyaz
- Üstten su girişli, alttan çıkışlı
- Ölçü: 47,5x31 cm

Klozet Kapağı

Özellikler:

- Beyaz
- Yavaş kapanan kapak



Rezervuar

Özellikler:

- Beyaz
- 35,5x36,5 cm



Kâğıt Havlu Dispenseri Beyaz

Özellikler:

- Kolay temizlenebilir.
- Hafif olduğu için herhangi bir tehlike yaratmaz.



Elektronik Havlu Makinası

Özellikler:

- Kâğıt havlu tasarrufu sağlar.
- Kolay temizlenebilir.
- Hafif olduğu için herhangi bir tehlike yaratmaz.



Tuvalet Kâğıt Dispenser

Özellikler:

- Tuvalet kâğıdı tasarrufu sağlar.
- Kolay temizlenebilir.



Geri Dönüşümlü Çöp Kovası

Özellikler:

- Kâğıt havlunun geri dönüşüme girmesi için kullanılabilir.



Pedallı Çöp Kovası 20 L

Özellikler:

- Pedallı ve kapaklı olduğu için daha hijyenik bir kullanım sağlar.
- Hafif olduğu için herhangi bir tehlike yaratmaz.



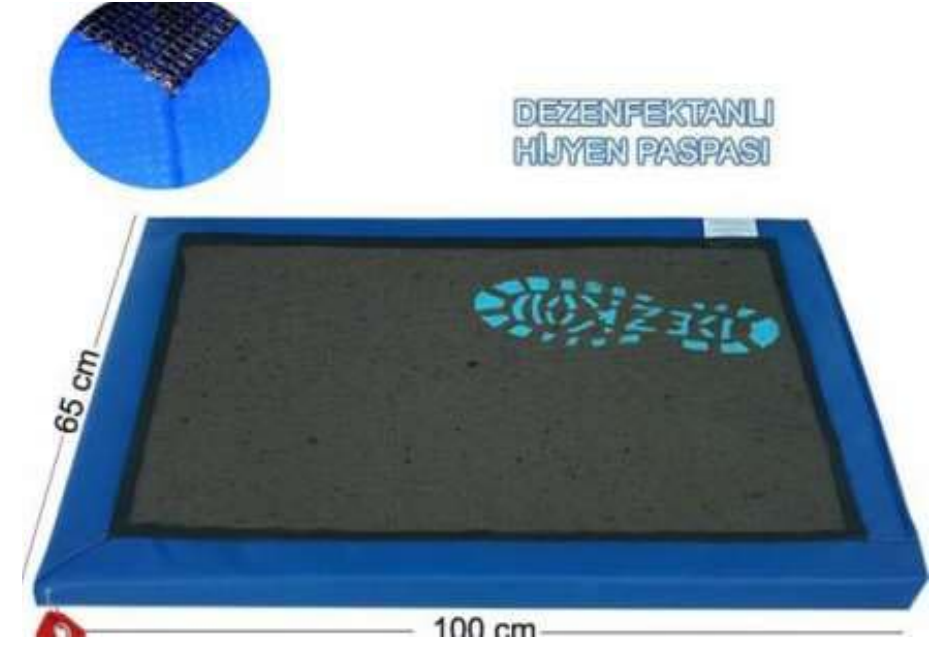
Ped Atık Ünitesi

Özellikler:

- Hijyenik ped atıklarının çöp kutularında mikrop yaymasını engeller, kadın tuvaletleri için gereklidir.



iStock
Credit: salihkilic



Dezenfektanlı Hijyen Paspası

Özellikler:

- Ayak tabanını temizler ve dezenfekte eder.
- Buharlaşıma yok denecek kadar azdır.
- Etkisi devamlı ve güçlüdür.
- Paspasın içindeki sert ve dansitesi yüksek kısım sayesinde dezenfektan madde korunur.
- Filtresi sayesinde üstü ve içi kolay temizlenir, kimyasal yapısı bozulmaz.
- Ayak ile gelen kirlerin dezenfektana teması önlenir.
- Dezenfektan etkisi 7-10 gün sürer.
- Işık geçirmez ve koku yapmaz.



Klozet Takımı

Özellikler:

- 75x35 cm (klozet ölçüleri)
- Beyaz
- Taharet borusu girişi standart uygulamalı
- Engelliler ve yaşlılar için
- Alttan su girişli, üstten kumandalı (rezervuar)



Lavabo

Özellikler:

- 60x54,5 cm
- Beyaz
- Orta armatür delikli, su taşma delikli
- Duvara montaja uygun
- Engelliler ve yaşlılar için



Hareketli Ayna



Lavabo Bataryası

90 Derece Açılı
Tutunma Barı



135 Derece Açılı
Tutunma Barı



Duvardan Hareketli
Tutunma Barı





Sağlıklı Bir Gelecek İçin

**İŞİMİZ
TEMİZ**

Sağlıklı Bir Gelecek İçin

İŞİMİZ TEMİZ



TOBB
KADIN GİRİŞİMCİLER
KURULU



TÜRKİYE'NİN
KADIN GÜCÜ

dpet