



## فرم تعهد رعایت آیین نامه بهداشتی خوابگاه دانشگاه الزهرا (س)

دانشجوی گرامی رعایت نکات ذیل به منظور پیشگیری از بیمار شدن شماست. لذا با دقت مطالعه نموده و علامت بزیند.

دانشجو موظف است بهداشت عمومی و فردی را در خوابگاه رعایت نماید و مسئول خوابگاه و همیار بهداشت بر اجرای آیین نامه بهداشتی نظارت دارند.

در صورتی که دانشجوی موارد آیین نامه بهداشتی را رعایت ننماید و تذکرات مسئولین را نادیده بگیرد، طبق تصمیم کمیته بهداشت و شورای اسکان، اجازه سکونت در خوابگاه از وی سلب خواهد شد.

### الف- رعایت بهداشت فردی

- تامین لوازم شخصی مانند پتو، ملحفه، تشک و بالش بر عهده دانشجو می باشد.
- شستن به موقع ملحفه ها و لباس ها از بروز بیماری های پوستی و واگیردار جلوگیری می کند لطفاً در انجام این امور کوشا باشید .
- در صورت ابتلا به بیماری های واگیر بلافاصله به پزشک مراجعه کرده و نکات بهداشتی را رعایت نمایید. (استفاده از ماسک و رعایت فاصله فیزیکی و...) و در اسرع وقت به مسئول خوابگاه اطلاع رسانی نمایید.
- به منظور پیشگیری از بروز بیماری های انگلی، شست و شوی دست با صابون را ( در مواقع لازم و بخصوص هنگام خروج از سرویس بهداشتی) انجام دهید.
- به طور مرتب استحمام کنید و مسواک بزیند و در حفظ بهداشت فردی خود کوشا باشید. پس از استحمام، نظافت توری کفشوی حمام بر عهده دانشجو می باشد.
- هنگام ورود به سرویس بهداشتی از دمپایی استفاده نمایید.
- لوازم استحمام از قبیل کیسه حمام ، لیف ، حوله ، تیغ و همچنین دمپایی، روسری، کلاه و وسایل خواب از وسایل شخصی است، به منظور رعایت بهداشت، وسایل شخصی خود را به دیگران قرض ندهید و از وسایل شخصی دیگران استفاده نکنید.

### ب- رعایت نظافت اتاق و آشپزخانه

- نظافت و نظم وسایل شخصی داخل اتاق ها برعهده خود دانشجو است. ضروری است چند روز یکبار اقدام به جاروی فرش و موکت کنید . حداقل هر دو هفته یکبار کتابها و سایر وسایل اتاق را جا به جا کرده و زیر و اطراف آنها را تمیز کنید.
- سطح و چرخ های ساک و چمدان را قبل از بردن به داخل اتاق تمیز نمایید تا از ورود آلودگی و تخم حشرات به اتاق جلوگیری به عمل آید.
- نظافت قسمتهای داخلی یخچال برعهده دانشجویان ساکن اتاق می باشد. لذا لازم است هر ۱۵ روز یکبار یخچال را خاموش و نظافت آن انجام گردد.
- برای نظافت اتاق، بالکن و یخچال با سایر ساکنین اتاق برنامه ریزی نمایید و یکی از اعضای اتاق به صورت دوره ای برچگونگی اجرای برنامه نظارت داشته باشد.
- ظروف غذا را بلافاصله بعد از استفاده بشوید و از نگهداری ظروف شسته نشده در اتاق مخصوصاً در طول شب به جهت جلب سوسک و سایر حشرات اجتناب نمایید.

از قرار دادن ظروف شسته نشده در آشپزخانه جداً خودداری کنید.

### ج- کنترل حشرات

به منظور جلوگیری از تکثیر و انتشار حشرات ( تخم سوسک، ساس و...) از نگهداری تشک‌های ابری و بالش‌های مندرس و کهنه، مقوا و کارتن اضافی در داخل اتاق‌ها و اطراف و زیر تخت‌ها و بالکن خودداری کنید.

مواد غذایی مانند برنج، حبوبات، قند و چای و... در ظروف دربسته نگهداری نمایید.

در صورت آلودگی محیط خوابگاه به حشرات و جوندگان، مشاهده جای گزش حشرات و لکه‌های خون روی ملحفه و بالش در اثر گزش حشرات، در اسرع وقت مسئول خوابگاه را مطلع نمایید.

### د- سایر

به منظور جلوگیری از گرفتگی فاضلاب در اماکن عمومی خوابگاه، آشپزخانه، حمام و سرویس بهداشتی از ریختن آشغال، کاغذ، پد بهداشتی و... به داخل چاه خودداری کنید.

از ریختن نان خشک و پسماندهای خشک مانند کاغذ، پلاستیک و شیشه در سطل زباله تر خودداری کرده و زباله‌های خود را بر اساس زباله‌های خشک، تر و قابل بازیافت جدا کنید.

محیط خوابگاه به خاطر دارا بودن جنبه عمومی با محیط منزل و خانواده بسیار متفاوت است و انتظار می‌رود که ساعت استراحت، مطالعه و مکالمه با تلفن همراه را رعایت کرده و از ایجاد هرگونه مزاحمت که سبب سلب آسایش سایر ساکنین خوابگاه گردد، جداً خودداری نمایید.

از کشیدن سیگار، قلیان و انجام دادن عادات فردی نادرست در داخل خوابگاه بپرهیزید.

نکات ایمنی و قوانین HSE (ایمنی، بهداشت و محیط زیست) را جهت پیشگیری از حوادث، در خوابگاه رعایت نمایید. استفاده از بخاری برقی، اجاق برقی و... در اتاق‌های خوابگاه مجاز نمی‌باشد.

هرگز مواد غذایی را در دسترس گربه و سایر حیوانات قرار ندهید تا بدین ترتیب از جذب آنها به داخل محوطه خوابگاه جلوگیری به عمل آید. حضور گربه‌ها آرامش بعضی از دانشجویان را برهم می‌زند و در برخی موارد سبب شیوع بیماری‌های خاص می‌شود.

در صورت لزوم برای سم‌پاشی اتاق و یا خوابگاه، جمع‌آوری کلیه وسایل شخصی الزامی می‌باشد. کلیه وسایل آلوده به حشرات مانند پتو، بالش، ملحفه و... در معرض سم‌پاشی قرار می‌گیرند. لذا پس از اتمام سم‌پاشی، شستشوی کلیه ظروف آشپزخانه، لوازم شخصی و شستن و قرار دادن تشک، پتو و... در معرض نور آفتاب به عهده خود دانشجو می‌باشد.

دانشجوی محترم در صورت مشاهده عدم رعایت مواد آیین نامه، لطفاً موارد را به صورت کتبی به مسئول خوابگاه و یا همیار بهداشت ساکن در خوابگاه اطلاع دهید تا در اسرع وقت توسط واحد بهداشت محیط اداره بهداشت و سلامت دانشگاه رسیدگی شود.

اینجانب ..... با شماره دانشجویی ..... تعهد می‌نمایم موارد بهداشتی عنوان شده در آیین نامه بهداشتی خوابگاه را رعایت نموده و در صورت بروز هرگونه مشکل مراتب را در اسرع وقت به مسئول خوابگاه و یا اداره بهداشت و سلامت دانشگاه اطلاع دهم.

امضا

تاریخ

شماره تلفن همراه