

# معیارهای انتخاب اتاق برتر در سراهای دانشجویی

## رعایت نظم و ترتیب در اتاق

۱. آراستگی و چیدمان مناسب ( تعبیه محل مناسب جهت نگهداری ظروف تمیز، قفسه کتاب، و جانمایی درست وسایل که امکان سقوط آنها نباشد و... )؛
۲. قرار گرفتن کفش ها و دمپایی ها در محل مناسب و پراکنده نبودن در فضای راهرو؛
۳. قرار دادن منظم لباس ها در مکان های در نظر گرفته شده و مرتب بودن فضای کمدها؛

## جلوگیری از جلب حشرات و جوندگان موذی به داخل اتاق ها

۴. نبودن باقیمانده ذرات مواد غذایی بر روی سطوح و کف اتاق ها؛
۵. پاکیزه بودن قسمت های زیرین و پشت وسایل موجود در اتاق؛
۶. نگهداری مواد غذایی خشک مانند حبوبات، غلات، برنج، ماکارونی و غیره در ظروف فلزی و یا پلاستیکی با درب محکم (این گونه مواد غذایی داخل کیسه های نایلونی نباشد)؛
۷. نبودن ظروف شسته نشده داخل اتاق ها، زیر تخت ها و یا داخل کمدها؛
۸. تمیز نمودن تمامی وسایلی که از بیرون به داخل اتاق آورده می شوند مانند چمدان، ساک، کفش ها و (قبل از ورود به اتاق)؛

## رعایت بهداشت فردی

۹. خشک کردن وسایل استحمام در نور آفتاب برای جلوگیری از انتشار بیماری های قارچی و آویزان نکردن در فضای اتاق و راهروها؛
۱۰. عدم استفاده مشترک از لوازم شخصی مانند کیسه حمام و لیف، حوله، تیغ، دمپایی، روسری، کلاه، لباس، وسایل خواب اختصاصی

۱۱. پاکیزه بودن ملحفه، روبالشی و پتو؛
۱۲. قرار ندادن لباس‌ها و جورابهای شسته نشده در اتاق و یا در کنار و روی تخت؛

### روش صحیح نگهداری مواد غذایی

۱۳. تمیز کردن و نظافت داخل یخچال حداقل هر دو هفته یک بار؛
۱۴. نگهداری باقیمانده کنسروهای باز شده (تن ماهی، رب گوجه و ...) داخل ظروف شیشه ای تمیز و در داخل یخچال؛
۱۵. قرار ندادن مواد غذایی شسته نشده مانند میوه‌ها و سبزی‌ها در کنار مواد غذایی پخته یا شسته شده در یخچال و خارج کردن سریع مواد غذایی کپک زده از یخچال؛
۱۶. استفاده از کیسه های رنگ روشن برای نگهداری مواد غذایی در یخچال و استفاده نکردن از کیسه های سیاه رنگ بازیافتی؛

### جلوگیری از تکثیر عوامل بیماری زا و حساسیت زا

۱۷. عاری بودن پرده ها و اتاق از گرد و خاک با رعایت نظافت ؛
۱۸. جلوگیری از جمع شدن رطوبت هوای راکد و بوی نامطبوع در فضای اتاق
۱۹. استفاده نکردن از دخانیات در اتاق و محیط خوابگاه؛
۲۰. قرار ندادن هرگونه وسایل اضافی از جمله قطعات چوبی، مقوای اضافی، جعبه‌های چوبی فرسوده و... به عنوان جاکفشی یا جای کتاب و... در داخل اتاق و در اطراف تخت‌ها؛

### رعایت نکات ایمنی و بهداشت محیط

۲۱. حفظ آرامش و ایجاد نکردن سر و صدا (مانند صدای بیش از حد رادیو و...)، مکالمه با صدای بلند با تلفن در اتاق یا راهروها و ...؛

۲۲. قراردادن پسماند در سطل درب دار یا کیسه پلاستیکی که بتوان درب آن را بست؛
۲۳. اطلاع رسانی به موقع نقص های بهداشتی و ایمنی در اتاق و خوابگاه مانند برق، آب، فاضلاب، گاز، وجود انواع حشرات و... به مسئولین؛
۲۴. نگهداری مسئولانه اتاق و آسیب نرساندن به تجهیزات داخل اتاق (درب و دیوار، کفیوش، فرش و ...)
۲۵. عدم استفاده از وسایل پخت و پز و اجاق برقی، گازی و ... در اتاق
۲۶. استفاده از کیسه زباله در سطل های زباله
۲۷. تفکیک زباله های خشک و تر از هم

### خلاقیت و نوآوری

۲۸. ساماندهی و ابتکار از منظر سلامت
۲۹. دلپذیر نمودن فضای اتاق
۳۰. رعایت نکات ایمنی