MINISTERUL SĂNĂTĂŢII AL REPUBLICII MOLDOVA
INSTITUŢIA MEDICO-SANITARĂ PUBLICĂ
„CENTRUL MEDICILOR DE FAMILIE MUNICIPAL BĂLŢI”
Str. Decebal nr. 101V, MD-3100, mun. Bălţi
Tel. +373 231 75228; Fax.+373 231 72588,
http://cmf-balti.md/ e-mail: cmfbalti@ms.md

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ МОЛДОВА
ПУБЛИЧНОЕ МЕДИКО-САНИТАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ „ЦЕНТР СЕМЕЙНЫХ ВРАЧЕЙ МУНИЦИПИЯ БЭЛЦЬ”
Ул. Дечебал № 101В, MD-3100, мун. Бэлць
Тел. +373 231 75228; Факс.+373 231 72588,
http://cmf-balti.md/, e-mail: cmfbalti @ms.md

ORDIN

nr. 175 din 15.10.2025

Cu privire la organizarea şi desfăşurarea activităţilor
în cadrul Zilei Internaţionale a spălatului pe mâini – 15 octombrie 2025

În conformitate cu calendarul evenimentelor anuale ale Organizaţiei Naţiunilor Unite, Planului de activitate al Agenţiei Naţionale pentru Sănătate Publică, în scopul creşterii nivelului de cunoştinţe a populaţiei privind importanţa igienei mâinilor, precum în baza ANSP nr. 232 - d din 10 octombrie 2025 cu privire la organizarea şi desfăşurarea activităţilor în cadrul Zilei Internaţionale a spălatului pe mâini – 15 octombrie 2025 ***„Fii un erou al spălării mâinilor”,***

ORDON:

1. A aproba planul de acţiuni privind organizarea şi desfăşurarea activităţilor în IMSP „CMF mun. Bălţi”, în cadrul Zilei Internaţionale a spălatului pe mâini – 15 octombrie 2025 ***„Fii un erou al spălării mâinilor”***.

2. Responsabile: Osoianu Lina – psihologă în educaţie pentru sănătate şi Vacarciuc Margarita – asistentă medicală în educaţie pentru sănătate:
2.1 Vor organiza şi desfăşura în mun. Bălţi Zilei Internaţionale a spălatului pe mâini ***„Fii un erou al spălării mâinilor”***;
2.2 Vor elaborara/adapta suport de comunicare şi a materialelor informaţionale pentru a spori gradul de informare a populaţiei privind importanţa spălării mâinilor pentru sănătate şi prevenirea bolilor;
2.3 Vor totaliza şi informa pe 24 octombrie 2025 Centrul de Sănătate Publică Bălţi, privind rezultatele desfăşurării Zilei Internaţionale a spălatului pe mâini.

3. Şefele Centrelor de Sănătate (Ludmila Novac, Valentina Ciobanu, Natalia Vatamaniuc, Veronica Corloteanu-Bocancea, Silvia Marco, Larisa Belaia), şefele

de secţii (Elena Antoci, Valentina Naval, Svetlana Condrea-Ivanov, Tatiana Reşchitor, Viorica Corcimaru):
3.1 Vor organiza şi desfăşura în subdiviziuni activităţi privind sporirea gradul de informare a populaţiei privind importanţa spălării mâinilor pentru sănătate şi prevenirea bolilor;
3.2 Vor prezenta informaţia privind măsurile realizate responsabilului în educaţie pentru sănătate către 24.10.2025.

4. Asistentele medicale:
4.1 Vor organiza şi desfăşura în teritoriile deservite şi instituţiile subordonate activităţi de alfabetizare a populaţiei privind importanţa spălării mâinilor pentru sănătate şi prevenirea bolilor;

5. Controlul prezentului ordin mi-l asum.

Director Pavel FLOREA

Ex. Osoianu Lina (psihologă în educaţie pentru sănătate)
Tel.: 079879534

„APROB"
IMSP „Centrul Medicilor de Familie mun. Bălţi"
Director Florea Pavel

(semnătura)

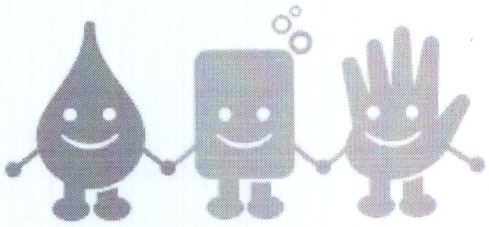
PLAN

privind organizarea şi desfăşurarea **Zilei Internaţionale a spălatului pe mâini** pe perioada 15-24 octombrie 2025

Responsabil: Cabinetul educaţie pentru sănătate (CES)

Scopul: informarea şi sensibilizarea cetăţenilor mun.Bălţi privind importanţa spălării mâinilor pentru sănătate şi prevenirea bolilor					
Nr. activ.	**Activităţile (descrierea scurtă)**	**Perioada de realizare**	**Responsabilii**	**Materiale necesare**	**Indicatorii de progres**
1.	Elaborare materialelor informative, multiplicarea şi repartizarea prin Centrele de Sănătate şi servicii, plasarea lor în locurile vizibile pentru pacienţi. Identificarea spoturilor video la subiect şi asigurarea derulării lor în holurile Centrele de Sănătate şi servicii.	15 – 24 octombrie	Osoianu Lina – psihologă în educaţie pentru sănătate Vacarciuc Margarita – asistenta medicală CES	Materiale informaţionale Spoturi video	Numărul de materiale informationale repartizate
2.	Mediatizarea evenimentelor promovate şi produselor informaţionale pe paginile de socializare a Centrului Medicilor de Familie Bălţi	15 – 24 octombrie	Ludmila Dumbrăveanu – purtător de cuvânt CMF Bălţi	Comunicat de presă Materiale informaţionale Spoturi video	Numărul de publicaţii
3.	Alfabetizarea populaţiei privind importanţa spălării mâinilor pentru sănătate şi prevenirea bolilor în cadrul convorbirilor individuale	15 – 24 octombrie	Şefii CS, CCSM şi CSPT Vacarciuc Margarita – asistenta medicală CES	Materiale informaţionale	Numărul de convorbiri individuale Numărul de materiale informaţionale repartizate

Material informativ
către desfășurarea Zilei Internaționale a spălatului pe mâini
- 15 octombrie 2025



În fiecare an, pe 15 octombrie se marchează Ziua Internațională a spălatului pe mâini pentru a crește gradul de conștientizare a importanței igienei mâinilor și declanșării unor schimbări durabile, de la nivel de politici la acțiuni conduse de comunitate.

Ziua Internațională a spălatului pe mâini este o zi globală de advocacy inițiată de Parteneriatul Global pentru Spălarea Mâinilor și servește ca o oportunitate de a încuraja oamenii să se spele pe mâini în momentele critice și a cataliza promovarea unor medii care susțin igiena mâinilor.

„Fii un erou al spălării mâinilor" este tema Zilei Internaționale a spălatului pe mâini 2025. Toată lumea, de la copii mici până la oficiali din mediul de afaceri și guvern, poate fi un erou al spălării mâinilor. Oricine dorește să vadă beneficiile unei bune igiene a mâinilor în comunitatea sau țara sa poate conduce eforturile la locul de muncă, în școli și în comunități pentru a promova mâinile curate pentru toți. Mâinile curate reprezintă o apărare fundamentală împotriva răspândirii infecțiilor și bolilor nu numai în unitățile sanitare, ci și în școli, la locul de muncă, la afaceri, în spațiile publice și în locuințe. Spălarea corectă a mâinilor cu săpun nu numai că contribuie la rezultate pozitive pentru sănătate, ci și la o gamă largă de beneficii pentru bunăstare. Progresul depinde de responsabilitatea noastră colectivă de a proteja sănătatea publică, de a preveni infecțiile, de a spori demnitatea și de a promova bunăstarea pentru toți.

O igienă bună a mâinilor, prin spălarea mâinilor cu săpun și/sau soluții de dezinfectare pe bază de alcool, poate ajuta la reducerea transmiterii unei game de boli și aduce, de asemenea, beneficii dincolo de sănătate:

- Spălarea mâinilor cu săpun poate reduce bolile diareice cu 30%.
- Spălarea mâinilor cu săpun poate reduce infecțiile respiratorii acute cu până la 20%.
- Spălarea mâinilor cu săpun joacă un rol important în reducerea transmiterii agenților patogeni legați de focare, cum ar fi holera, Ebola, shigeloza, SARS, hepatita E, COVID-19 și variola maimuței.
- Igiena mâinilor protejează împotriva infecțiilor asociate asistenței medicale și contribuie la reducerea răspândirii rezistenței antimicrobiene.
- Igiena mâinilor poate contribui la reducerea bolilor tropicale neglijate.

- Igiena corectă a mâinilor a fost, de asemenea, asociată cu beneficii dincolo de reducerea bolilor, cum ar fi reducerea ratelor de absenteism şcolar şi îmbunătăţirea stării de bine, a demnităţii şi a productivităţii.

Spălarea mâinilor cu apă şi săpun este simplă şi ieftină şi poate reduce semnificativ numărul de copii mici care se îmbolnăvesc. Studiile arată că educaţia privind spălarea mâinilor în comunitate poate: reduce numărul de zile de şcoală pe care copiii le-au pierdut din cauza bolilor gastrointestinale cu 29%–57%.

Cum poţi fi un erou al spălării mâinilor?

Fiecare individ şi organizaţie are un rol de jucat pentru a se asigura că toată lumea beneficiază de mâini curate.

- **Guvernele – să acorde prioritate integrării şi finanţării programelor de igienă a mâinilor în cadrul strategiilor şi planurilor naţionale. Ghidul OMS/UNICEF privind igiena mâinilor în mediile comunitare (data lansării: 15 octombrie 2025) serveşte drept o resursă valoroasă pentru a ghida conducerea guvernamentală în consolidarea igienei mâinilor la scară largă.**
- **Donatori – investesc în programe care promovează accesul la facilităţi pentru igiena mâinilor şi sprijină schimbarea comportamentului, recunoscând că o igienă îmbunătăţită a mâinilor nu numai că protejează sănătatea publică, ci şi consolidează bunăstarea comunităţii şi reziliența economică.**
- **Furnizori de produse pentru igiena mâinilor – colaborează cu guvernele, sistemele de sănătate şi organizaţiile neguvernamentale (ONG-uri) pentru a asigura lanţuri de aprovizionare sustenabile care să ajungă la toţi oamenii cu produse pentru igiena mâinilor.**
- **Companiile – prioritizează igiena mâinilor pentru a sprijini sănătatea, siguranţa şi productivitatea angajaţilor şi a clienţilor.**
- **Şcolile, unităţile sanitare şi alţi actori instituţionali – adoptă o abordare multifaţetată pentru extinderea igienei mâinilor în domeniul lor de influenţă – combinând o promovare puternică, facilităţi accesibile şi bine întreţinute, monitorizare regulată şi întărire constantă a comportamentului.**
- **Cercetători – completează lacunele în dovezile privind igiena mâinilor şi transpun cercetările în resurse practice pentru programele de igienă a mâinilor.**

Lideri guvernamentali - eroi ai spălării mâinilor.

Mâinile curate sunt cruciale pentru sănătatea publică şi securitatea sanitară globală. Pentru guverne, prioritizarea igienei mâinilor nu înseamnă doar prevenirea răspândirii bolilor de zi cu zi; este o mişcare strategică pentru a consolida apărarea naţională împotriva focarelor de boli şi a ameninţărilor globale în creştere, cum ar

fi rezistența antimicrobiană. Includerea igienei mâinilor în planurile și bugetele guvernamentale îmbunătățește sănătatea publică, stimulează economia prin reducerea poverii asupra serviciilor de sănătate și creșterea productivității forței de muncă și susține rezultate educaționale mai bune. Investițiile în igiena mâinilor asigură o asistență medicală mai sigură și mai eficientă, îmbunătățesc calitatea îngrijirii și siguranța pacienților și promovează bunăstarea și reziliența în rândul comunităților.
Igiena mâinilor este încorporată explicit în Obiectivele de Dezvoltare Durabilă (ODD), însă îmbunătățirea practicilor de igienă a mâinilor poate contribui, de asemenea, la atingerea mai multor obiective ODD, inclusiv obiective de nutriție, educație, sănătate și creștere economică. Integrarea igienei mâinilor în programele de sănătate, educație și nutriție este necesară pentru a atinge aceste obiective și, de asemenea, pentru a îmbunătăți rezultatele generale în materie de sănătate și dezvoltare.

Eroii spălării mâinilor pot asigura că igiena mâinilor este prioritizată și finanțată în mod adecvat în politicile și programele guvernamentale, îmbunătățind sănătatea publică și contribuind la stabilitatea economică.

Donatori - eroi ai spălării mâinilor

Investițiile în schimbarea comportamentului și a facilităților de spălare a mâinilor au ca rezultat un randament substanțial al investiției prin construirea unor comunități mai sănătoase și mai rezistente. Sprijinirea mâinilor curate reprezintă angajamentul unui donator față de sănătatea publică, echitate și dezvoltare durabilă. Randamentul investiției este substanțial. Analizele cost-beneficiu arată că fiecare dolar cheltuit pentru igiena mâinilor poate aduce o valoare de 35 până la 92 de ori mai mare, prin reducerea costurilor asistenței medicale și creșterea productivității economice. Cu toate acestea, în ciuda acestor beneficii, sectorul apei, canalizării și igienei (WASH) rămâne subfinanțat, iar îndeplinirea acestor obiective de dezvoltare durabilă va necesita o creștere anuală a investițiilor de la 131 până la 141 de miliarde de dolari – aproape triplând cheltuielile actuale din țările în curs de dezvoltare.
Investițiile specifice ale donatorilor sunt esențiale. Prioritizarea comunităților mai sărace și rurale va contribui la eliminarea decalajelor de acces și la asigurarea faptului că nimeni nu este lăsat în urmă. Susținătorii donatorilor în domeniul igienei mâinilor pot contribui la construirea unei lumi mai echitabile și mai rezistente - promovând o sănătate mai bună, economii mai puternice, rezultate educaționale și un viitor sustenabil.

Companiile - eroi ai spălării mâinilor

Promovarea igienei mâinilor este crucială pentru toate companiile. Practicile eficiente de igienă a mâinilor pot reduce semnificativ răspândirea bolilor infecțioase, ducând la mai puține zile de concediu medical pentru angajați și la creșterea productivității, precum și la o mai bună protecție a clienților. Programele de igienă a mâinilor în cadrul companiilor pot reduce incidența

solicitărilor de asistență medicală care pot fi prevenite prin igienă cu peste 20%. Companiile care prioritizează sănătatea și siguranța angajaților prin practici riguroase de igienă a mâinilor pot beneficia de o reputație îmbunătățită, o satisfacție sporită a angajaților și un moral mai bun la locul de muncă. Pentru a sprijini eficient practicile de igienă a mâinilor, companiile ar trebui să instaleze și să întrețină stații de spălare a mâinilor în zonele cheie din apropierea toaletelor, în bucătărie și în alte spații; să asigure o aprovizionare constantă cu produse de igienă a mâinilor; să educe și să motiveze angajații să practice tehnici adecvate de spălare a mâinilor. Integrarea igienei mâinilor în politicile de sănătate și securitate la locul de muncă ajută la instituționalizarea acestor practici și la menținerea unui impact pe termen lung.

Companiile care furnizează produse de igienă a mâinilor au o responsabilitate specială de a asigura o aprovizionare constantă cu aceste produse, ca element vital pentru susținerea sănătății publice. Produsele de igienă disponibile și la prețuri accesibile sunt o condiție prealabilă pentru practicarea unei bune igiene a mâinilor. Prin colaborarea cu guverne, ONG-uri și alți actori din sistemul de sănătate, furnizorii pot contribui la crearea unor lanțuri de aprovizionare rezistente, care să reziste perturbărilor și să satisfacă cererea de produse esențiale. Lanțurile de aprovizionare care asigură că produsele de igienă a mâinilor sunt accesibile și la prețuri accesibile pentru comunitățile defavorizate reduc disparitățile în materie de sănătate și promovează sănătatea publică în general.

Eroii spălării mâinilor își conduc companiile în adoptarea unor strategii îmbunătățite de igienă a mâinilor pentru a proteja sănătatea angajaților și a clienților, a spori reputația companiei și a sprijini eforturi mai ample de sănătate publică. Eroii spălării mâinilor din companiile care furnizează produse pentru igiena mâinilor construiesc lanțuri de aprovizionare sustenabile pentru a sprijini practicarea unei bune igiene a mâinilor. Această abordare unificată îmbunătățește bunăstarea la locul de muncă, susține sănătatea publică a bazei de clienți și consolidează rezistența generală împotriva perturbării activității.

Instituțiile - eroii spălării mâinilor

Igiena mâinilor este o componentă esențială pentru susținerea sănătății publice în mediile instituționale. Actorii instituționali, cum ar fi cele din domeniul sănătății, educației și alte unități, ar trebui să acorde prioritate sprijinului pentru practici eficiente de igienă a mâinilor, care pot reduce semnificativ răspândirea bolilor infecțioase, în special în mediile cu trafic intens, unde oamenii interacționează frecvent. Prin promovarea igienei mâinilor, părțile interesate pot ajuta la prevenirea focarelor de boli precum diareea, infecțiile respiratorii și alte boli transmisibile. Acest lucru nu numai că îmbunătățește sănătatea generală a comunității, dar reduce și perturbările misiunii instituției.

Investițiile în igiena mâinilor ar trebui să fie ghidate de intervenții dovedite pentru a se asigura că acestea sunt eficiente și adecvate din punct de vedere cultural, cum ar fi asigurarea a numeroase stații de spălare a mâinilor pentru a oferi o acoperire

adecvată în locații cheie, o aprovizionare fiabilă cu apă și săpun, împreună cu implementarea unor programe de schimbare a comportamentului în ceea ce privește igiena mâinilor. Monitorizarea și evaluarea regulată a acestor programe măsoară impactul, ceea ce poate ajuta la justificarea investiției și poate ajuta, de asemenea, la identificarea domeniilor de îmbunătățire și la asigurarea faptului că intervențiile sunt incluzive și eficiente pentru tot personalul, studenții, pacienții și vizitatorii.
Eroii spălării mâinilor sunt lideri în instituțiile lor în prioritizarea igienei mâinilor pentru a crea o comunitate mai sănătoasă și mai rezistentă pentru toți cei din afara instituției.

Cercetătorii- eroi ai spălării mâinilor
Sunt necesare cercetări pentru o bază de dovezi mai bună privind cele mai bune practici pentru promovarea igienei mâinilor. Cercetătorii au o oportunitate unică de a aborda lacunele în cunoștințe, concentrându-se pe întrebările practice pe care personalul comunității, guvernului și ONG-urilor le are cu privire la cele mai bune modalități de a asigura o igienă bună a mâinilor.
Pentru a maximiza impactul, cercetătorii ar trebui să depășească publicațiile academice tipice și să publice concluzii clare și concise pe care practicienii le pot aplica cu ușurință în contexte reale.

Prin implicarea în cercetarea participativă, cercetătorii pot crea împreună cu comunitățile soluții care sunt adecvate din punct de vedere cultural și sustenabile. Această abordare colaborativă nu numai că abordează nevoile imediate de cercetare în domeniul igienei mâinilor, dar promovează și o cultură a sănătății și siguranței comunității, care poate avea un impact de durată asupra rezultatelor în domeniul sănătății publice.
Cercetătorii specializați în spălarea mâinilor pot deschide calea pentru a elimina lacunele în dovezile practicilor și programelor de igienă a mâinilor, prin transformarea constatărilor în instrumente practice și îndrumări pentru programe și politici.
Spălarea mâinilor cu apă și săpun este una dintre cele mai simple și eficiente metode de a opri răspândirea germenilor și de a rămâne sănătoși. Menținerea curățeniei mâinilor poate ajuta la prevenirea bolilor diareice și a infecțiilor respiratorii, cum ar fi răceala comună sau gripa.

Cum vă spălați mâinile:

1. Umeziți mâinile cu apă curată, la jet (caldă sau rece), închideți robinetul și aplicați săpun.
2. Spumați mâinile frecându-le una de cealaltă cu săpun. Spumați dosul palmelor, între degete și sub unghii.
3. Spălați mâinile timp de cel puțin 20 de secunde.
4. Clătiți bine mâinile sub apă curată, la jet.

5. Uscați mâinile cu un prosop curat sau uscați-le la aer.

Dacă apa și săpunul nu sunt ușor disponibile, folosiți un dezinfectant de mâini care conține cel puțin 60% alcool.

Când să vă spălați mâinile

Obișnuiți-vă să spălați mâinile în mod regulat și corespunzător. Ar trebui să spălați mâinile:

- când sunt vizibil murdare;
- înainte de a mânca sau de a manipula alimente;
- înainte de a atinge ochii, nasul sau gura;
- înainte și după ce vizitați sau îngrijiți o persoană mai vulnerabilă la infecții;
- înainte și după ce îngrijiți o persoană bolnavă;
- după ce folosiți toaleta;
- după ce atingeți o mască folosită;
- după ce dați mâna cu cineva;
- după ce tușiți, strănutați sau suflați nasul;
- după contactul cu suprafețe și obiecte atinse frecvent, cum ar fi telecomenzi, telefoane și mânere de uși.
- după ce atingeți animale de companie.

În Republica Moldova, 96% din gospodării au acces la instalații pentru igienă cu apă și săpun, potrivit datelor programului mixt de monitorizare al UNICEF/OMS (JMP) privind apa, sanitația și igiena.