Општинско основно училиште „Блаже Конески“
ул. Венијамин Мачуковски бр. 4, Скопје
Тел/ факс: 02/2469- 746
Електронска пошта: blaze_konski1@yahoo.com

РЕПУБЛИКА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА
Општинско основно училиште
БЛАЖЕ КОНЕСКИ
Општина Аеродром
Бр. 02-350/11
17.09 2025 год.
СКОПЈЕ

П Р О Т О К О Л

ЗА ОДВИВАЊЕ НА ВОСПИТНО-ОБРАЗОВНИОТ ПРОЦЕС ВО ООУ „БЛАЖЕ КОНЕСКИ“ ОПШТИНА АЕРОДРОМ ВО УСЛОВИ НА ТОПЛОТЕН БРАН ЗА ПЕРИОД 2025-2030

Дел.бр. 02-350/11 од 17.09.2025 г.



Општинско основно училиште „Блаже Конески“
ул. Венијамин Мачуковски бр. 4, Скопје
Тел/ факс: 02/2469- 746
Електронска пошта: blaze_konski1@yahoo.com

ВОВЕД

ООУ „ Блаже Конески“ Општина Аеродром, го изработи овој протокол согласно Акцискиот план за превенирање на последиците од топлотните бранови врз здравјето на населението во Република С.Македонија за период од 2025година до 2030 година усвоен од Владата на Република С.Македонија одржана на 22.04.2025 г., кој се заснова на препораките на Светската здравствена организација и обезбедува рамка за соработка за спроведување на мерките за заштита од топлина помеѓу државните и локалните власти, преку вклучување на клучните сектори.

Акцискиот план за превенирање на последиците од топлотните бранови врз здравјето на населението во Република С.Македонија, 2025-2030 ги прикажува конкретните мерки и чекори коишто се преземаат на национално и на локално ниво, предводени од Министерството за здравство како водечка установа, при топло време, особено при долготрајни топлотни бранови, со цел да се заштити населението од ефектите на високите температури.

Планот за заштита од топлотни бранови предлага координиран пристап со однапред утврдени активности коишто ќе се спроведуваат од страна на Владини претставници и институции, како од секторот здравство така и од останати сектори, вклучувајќи ги: Министерството за здравство,

- Институтот за јавно здравје на Република Северна Македонија и 10-те Центри за јавно здравје,
- Институтот за медицина на трудот на Република Северна Македонија,
- Центарот за управување со кризи,
- МЗШВ -Управата за хидрометеоролошки работи,
- Дирекцијата за заштита и спасување,
- Министерство за локална самоуправа,
- Министерство за образование и наука,
- Министерство за транспорт,
- Министерство за социјална политика, демографија и млади,
- ЗЕЛС,
- Црвениот крст на Република Северна Македонија,
- НВО и претставници на медиумите.



Општинско основно училиште „Блаже Конески“
ул. Венијамин Мачуковски бр. 4, Скопје
Тел/ факс: 02/2469- 746
Електронска пошта: blaze_konski1@yahoo.com

1. ЦЕЛ НА ПРОТОКОЛОТ ЗА ТОПЛОТЕН БРАН

Овој протокол има за цел да обезбеди заштита на здравјето на учениците и вработените во услови на високи температури (топлотен бран), преку организација на наставниот процес и превентивни мерки за намалување на ризиците од прегревање и топлотен удар.

2. ДЕФИНИЦИЈА ТОПЛОТЕН БРАН

Топлотен бран претставува период од најмалку 2 последователни дена со екстремно високи температури (над 35°C), што може да предизвика здравствени последици кај ранливите категории – деца, постари лица, хронично болни и вработени во образовни институции.

3.ПОДГОТВЕНОСТ НА ООУ ,,Блаже Конески“ Општина Аеродром ЗА ВРЕМЕ НА ТОПЛОТЕН БРАН

Вклучувањето на ООУ ,,Блаже Конески“ Општина Аеродром во справувањето со последиците од топлотните бранови е клучно за успешно намалување на ризиците и заштита на учениците и вработените. Соработката на локално ниво меѓу здравствените, образовните и социјалните институции е основа за навремени и ефективни мерки.

Училиштето има обезбедено климатизирани простории за учење и работа и редовно ги информира учениците, родителите и вработените за здравствените ризици од високите температури.

4.АКТИВНОСТИ ЗА ОДГОВОР ПРИ ТОПЛОТНИ БРАНОВИ ПО ФАЗИ

Активностите за одговор при топлотни бранови се дадени според нивото на опасност со гласно дадените температурни граници и се групирани во подготвителен период и 4 фази:

- **Подготвителен период**

Во оваа фаза се вршат подготовки во активности од значење за навремено спроведување на планот.

- **Фаза 0 – зелена боја – будност/подготвеност**

Во оваа фаза темпаратурите се вообичаено нормални и во границите во коишто нема опасност. Се активира од 1мај секоја година со подготовка на одговорните институции за спроведување на препораките и мерките за одговор при топлотни бранови.Системот за најавана топлотни бранови (АЛЕРТ) е активен.

- **Фаза 1 – жолта боја – алерт**

Оваа фаза станува активна по надминување на прагот (температурните граници)за температури од зелената зона (нема опасност).Во оваа фаза темпаратурите се вонредно високи.

- **Фаза 2 – портокалова боја – појава на топлотен бран**

Оваа фаза станува активна по надминување на прагот(температурните граници), за

вонредни температури дадени на табела 1. Опасни максимални температури на воздухот кои со своето траење од најмалку два последователни дена доведуваат до појава на топлотен бран.

- **Фаза 3 – црвена боја – катастрофални максимални температури на воздухот**

Оваа фаза станува активна по надминување на прагот (температурните граници) за опасни температури, по најмалку два последователни дена појава на топлотен бран. Во оваа фаза е интензивиран топлотниот бран.

Услови за спроведување на протоколот:

- Протоколот за одвивање на воспитнообразовниот процес во основните и средните училиштата во услови на топлотен бран се спроведува во случаи кога училиштето се наоѓа во регион кој е во портокалово ниво на опасност од високи температури,согласно објави/известувања од Управата за хидрометеоролошки работи и нема соодветни услови за реализирање настава(климатизирани училници и други простории).
- Директорот на училиштето е должен да испрати електронско известување до одговорното лице за соодветната општина од секторот основно/средно образование во Министерството за образование и наука и до одговорното лице во општината,заспроведување на протоколот.
- Директорот на училиштето назначува одговорно лице кое ќе го надгледува планирањето и спроведувањето на Протоколот за постапување во услови на топлотен бран.

5. ОРГАНИЗАЦИЈА НА ВОСПИТНО-ОБРАЗОВНИОТ ПРОЦЕС

- Наставата треба да започне не подоцна од 07:30 часот, се одвива со скратени часови во времетраење од 20минути и треба да заврши најдоцнадо12:30часот.Училиштето организира продолжен престој доколку може да обезбеди климатизирани училници во кои има услови за подолг престој на учениците.
- Родителите се информираат за условите на одвивање на наставата за време на топлотниот бран и сите промениво училишниот распоред и активности.
- За учениците кои имаат медицински потврдена хронична болест за која топлината може негативно да влијае (потврда од матичен лекар) и учениците со попреченост, училиштето е должно да понуди настава во домашни услови додека трае топлотниот бран. Учениците со попреченост кои имаат поддршка од образовен или личен асистент и следат настава во домашни услови, продолжуваат со поддршката на образовниот процес во домот на ученикот и се во постојана комуникација и координација со инклузивниот тим во училиштето и родителите.
- Се прави проверка на исправноста на чешмите и други станици за вода (аква барови,природни извори).
- Се известуваат родителите и учениците да носат шишиња со вода,а наставниците потребно е често да ги потсетуваат во текот на наставата и за време на одморите да пијат вода дури и тогаш кога не чувствуваат жед,бидејќи жедта може да се појави откако ќе дехидрираат.
- Се поставуваат термометри за мерење на амбиенталната температура на повеќе места во училиштата,во дел од училниците, ходникот и во другите заеднички простории.

Општинско основно училиште „Блаже Конески“
ул. Венијамин Мачуковски бр. 4, Скопје
Тел/ факс: 02/2469- 746
Електронска пошта: blaze_konski1@yahoo.com

- Во училиштето, во ходниците, училниците и во другите простории се поставуваат јасни ивидливи ознаки низ училиштето, кои потсетуваат на потребата за хидратација, избегнување на директна изложеност на сончева светлина и пронаоѓање сенчести или разладени простори.
- Се препорачува учениците да носат лесна, светла облека што е комотна за носење, како и облека за пресоблекување доколку се испотат.
- Активностите кои треба да се одвиваат на отворено се реализираат во текот наутрото кога е посвежо. Се избегнуваат активности на отворено по11часот,кога температурата е највисока во текот на денот.
- За време на часовите по физичко и здравствено образование се реализираат активности кои не бараат интензивна физичка активност и во текот на часот се прават паузи за пиење вода и разладување. Децата на возраст од 6 до 12 години треба да пијат по 180мл секои 30минути, додека учениците на возраст од 13 до 18 години по 240 мл секои 30минути.
- За време на одморите е ограничен престојот на учениците на отворено, освен на местата каде што има сенка и не се дозволува учениците да бидат изложени директно на сонце.
- Учениците треба да јадат лесни, хранливи оброци богати со свежо овошје и зеленчук и да избегнуваат храна и пијалаци богати со шеќер, како и зачинета храна, бидејќи се тешки заварење.
- Прозорците од училниците имаат ролo завеси или друг вид на завеси кои не пропуштаат светлина. Во текот на денот кога е најтопло прозорците се затворени и покриени, а проветрувањето се прави на утро или навечер кога е посвежо.Вратите од училниците треба да бидат отворени кон ходниците за време нанаставата, доколку наставникот смета тека климатизерот од училницата треба да е изгаснат.
- Училиштето ја контактира најблиската здравствена установа за да организира информативни сесии за препознавање на знаци на топлотни грчеви и сончаница, како и стратегии за справување.
- Училиштето, со поддршка на здравствени работници или експерти од областа, невладини организации, ги обучува наставниците и училишниот персонал да разликуваат меѓу благи и сериозни симптоми на состојби предизвикани од топлотни бранови и како да постапуваат во итни случаи.
- Одделенските наставници и класните раководители држат предавање за учениците за тоа како да се заштитат од топлотни удари/сончаница, како да ги препознаат симптомите и до кого да се обратат доколку почувствуваат или забележат симптоми кај некој друг ученик.
- Од струја се исклучени сите електрични уреди, компјутери и информатичка технологија кои не се користат во моментот, за да се спречи дополнително загревање на просториите поради топлината што се генерира дури и кога се само приклучени во струја.

6. ПРЕПОРАКИ ДО ВРАБОТЕНИТЕ

- ✓ Да се избегнува изложеност на сонце при дежурства и работа надвор од објектот.
- ✓ Да се носи лесна, светла облека и капи при движење на отворено.

Општинско основно училиште „Блаже Конески“
ул. Венијамин Мачуковски бр. 4, Скопје
Тел/ факс: 02/2469- 746
Електронска пошта: blaze_konski1@yahoo.com

- ✓ Да се почитува режимот на паузи и редовна хидратација.
- ✓ Да се набљудуваат учениците за евентуални симптоми и навреме да се реагира.
- ✓ Да се одложат секојдневните физички и административни активности што не се итни.

7. ПРЕПОРАКИ ДО РОДИТЕЛИТЕ

- ✓ Да ги информираат учениците за потребата од редовна хидратација.
- ✓ Да обезбедат лесна облека и шише со вода секој ден.
- ✓ Да не ги праќаат учениците на училиште доколку имаат здравствени тегоби.

8. НАДЛЕЖНИ ЛИЦА ЗА СЛЕДЕЊЕ И ПОСТАПУВАЊЕ

- ✓ Директорот на училиштето,
- ✓ Назначено лице за координација со Центарот за јавно здравје, Центарот за управување со кризи, Општина Аеродром и вработените и родителите,
- ✓ Наставници, одговорни за следење на состојбата на учениците.При појава на симптоми кај ученик или вработен, се повикува итна медицинска помош и се информира родител/старател.

9. ИНФОРМИРАЊЕ И КООРДИНАЦИЈА

Училиштето ќе биде во контакт со Центарот за јавно здравје, Центарот за управување со кризи и Општина Аеродром, за добивање навремени информации.
Од страна на директорот ќе биде назначено одговорно лице кое ќе ги надгледува планирањето и спроведувањето на активностите кои се однесуваат на заштита од топлотни бранови. Назначеното лице ќе воспоставува контакт со одговорните лица од Центарот за јавно здравје, Центарот за управување со кризи и општина Аеродром.
Овој Протокол ќе биде презентиран на Наставнички совет, на одделенски час на паралелката, на Совет на родители и Училишен одбор и ќе биде објавен на огласнататабла и на веб страната на училиштето.

Изработил:
Советник за нормативно правни работи/секретар
Николина Митев

Одобрил:
Директор,
Виолета Ристовска

Усвоил:
Претседател на училишен одбор,
Бојана Трајановска Димитриева

Бр.01-350/1
17.09.2025 година



Општинско основно училиште „Блаже Конески“
ул. Венијамин Мачуковски бр. 4, Скопје
Тел/ факс: 02/2469- 746
Електронска пошта: blaze_konski1@yahoo.com

Прилог 1
Општи препораки за заштита од топлотни бранови

Како да се однесувате при топло време?

1. Избегнувајте напорни физички активности (вклучувајќи и спорт и рекреативни активности) за време на најтоплиот период на денот. Неопходните работи завршувајте ги до 11 часот наутро или попладне по 17 часот.
2. Носете светла и леснао блека,а на директно сонце заштитни очила и светло бојна капа со висок свод и широк обод.
3. Останете во затворен и климатизирани простории(обичните вентилатори не помагаат кога температурата е над 35°C). Затворете ги прозорците и ролетните во текот на денот, а отворете ги навечер, кога температурата е пониска.
4. Внесувајте умерена количи на храна. Избегнувајте масна и високо калорична храна како и храна која содржи поголема количина шеќер.
5. Внесувајте голема количи на течност(не чекајте да бидете жедни) почнувајќи од обичната вода за пиење до минерализирани безалкохолни пијалаци. Избегнувајте алкохолни пијалаци, пијалаци кои содржат кофеин и екстремно ладни пијалаци.
6. При неопходен престој на отворен простор во овој период најдете можност за почести одмори под сенка и избегнувајте директен престој на сонце.
7. Туширајте се со вода по потреба, алтернативно, ставете ладни облоги и чувајте ги нозете во студена вода.
8. Кога сте во паркирано возило, отворете го прозорецот со цел да овозможите вентилација. Целосно затворените возила стануваат многу жешки.Не оставајте никого во возилото!
9. Хроничните болни, посебно оние со болести на срце во садовиот систем, невролошките и белодробните болести, потребно е да бидат посебно дисциплинирани по однос на овие препораки и да ја земаат својата редовна терапија. За сите промени во здравствената состојба, задолжително да го консултираат својот матичен лекар.

Ако Вие или другите, не се чувствувате добро:

- Ако чувствувате зашеметеност, слабост, вознемиреност или имате интензивна жед и главоболка, побарајте помош, преселете се во постудено место колку што е можно побрзо и измерете ја својата телесна температура.
- Консумирајте вода или негазиран минерален пијалак за да се рехидрирате.
- Ако имате болен мускулен грч, најчесто во нозете, рацете и стомакот, веднаш одморете се на студено место и консумирајте течност која содржи електролити.Лекарска помош е потребна ако топлотните грчеви траат подолго од еден час.

Ако некој член од Вашето семејство, или лице на кое помагате, има топла и сува кожа, грчеви и/или е во бессознание, веднаш повикајте 194 или 112; Додека се чека итната медицинска помош префрлете го на студено место и ставете го во хоризонтална положба, и подигнете ги нозете над 20 см висина;

Отстранете ја гардеробата, воспоставете надворешно ладење, како студени облоги на вратот, пазувите и слабините, постојано ладете го и прскајте ја кожата со вода;
Мерете ја телесната температура.
Не давајте терапија;



Општинско основно училиште „Блаже Конески“
ул. Венијамин Мачуковски бр. 4, Скопје
Тел/ факс: 02/2469- 746
Електронска пошта: blaze_konski1@yahoo.com

Ако лицето е во бессознание, поставете го во бочна положба.
Консултирајте се со својот доктор во случај ако почуствувате невообичаени симптоми/знаци, или ако истите траат подолго.