**О питьевом режиме в школах**

Вода – самый большой по объему потребления «продукт питания» в рационе человека, универсальное вещество, без которого невозможна жизнь и непременная составляющая часть всего живого. Значение воды в жизни человека определяется теми функциями и той огромной долей, которую она занимает в общей массе тела человека и его органов. Достаточное поступление воды в организм является одним из основных условий здорового образа жизни. Вода активно участвует в химических реакциях, проходящих в нашем теле, доставляет питательные вещества в каждую клетку, выводит токсины, излишки солей. Недостаточное потребление воды нарушает нормальную жизнедеятельность организма: появляется усталость и снижается работоспособность, нарушаются процессе пищеварения и усвоения пищи, замедляется течение биохимических реакций, увеличивается вязкость крови, что создает условия образования тромбов, нарушается процесс кроветворения. Без воды невозможна регуляция теплообмена организма с окружающей средой и поддержание постоянной температуры тела.

Поскольку мозг на 75% состоит из воды, относительно его обезвоживание вызывает у клеток мозга сильнейший стресс. Обезвоживание негативно влияет на важнейшие функции организма, ослабляя его и делая уязвимым для болезней. Человек нуждается в постоянном выполнении затрат и потерь воды.

Достаточное потребление воды в детском и подростковом возрасте – обязательное условие хорошего самочувствия, активного развития, высокой способности ребенка к усвоению знаний.

 Управление Роспотребнадзора по Курской области напоминает, что у учащихся школ должен быть обеспечен свободный доступ к питьевой воде в течение всего времени их пребывания в образовательной организации.

В соответствии с требованиями новых санитарных правил 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» питьевой режим для детей в образовательной организации должен быть организован посредством установки стационарных питьевых фонтанчиков, устройств для выдачи воды, выдачи упакованной питьевой воды или с использованием кипяченой питьевой воды. Чаша фонтанчика должна ежедневно обрабатываться с применением моющих и дезинфицирующих средств.

Конструктивные решения стационарных питьевых фонтанчиков должны предусматривать наличие ограничительного кольца вокруг вертикальной водяной струи, высота которой должна быть не менее 10 см.

При организации питьевого режима с использованием бутилированной воды образовательная организация должна быть обеспечена достаточным количеством чистой посуды (стеклянной, фаянсовой – в обеденном зале и одноразовых стаканчиков – в учебных и спальных помещениях), а также отдельными промаркированными подносами для чистой и использованной стеклянной или фаянсовой посуды; контейнерами для сбора использованной посуды одноразового применения.

При использовании установок с дозированным розливом питьевой воды, расфасованной в емкости, предусматривается замена емкости по мере необходимости, но не реже одного раза в две недели.

При отсутствии централизованного водоснабжения в населенном пункте организация питьевого режима обучающихся осуществляется только с использованием воды, расфасованной в емкости, при условии организации контроля розлива питьевой воды.

Бутилированная вода, поставляемая в образовательные организации, должна иметь документы, подтверждающие ее происхождение, качество и безопасность.