

**HIGIENSKA PRIPOROČILA ZA IZVAJANJE POUKA
V OSNOVNI ŠOLI
(ZA UČENCE PRVE TRIADE IN DEVETOŠOLCE)
V ČASU EPIDEMIJE COVID-19**

KAZALO VSEBINE

1.	UVOD.....	3
2.	SPLOŠNI HIGIENSKI UKREPI.....	4
	ZDRAVSTVENE OMEJITVE.....	5
	Zdravstvene omejitve	5
	Spremljanje zdravstvenega stanja	6
	OBLIKOVANJE UČNIH SKUPIN	6
	OSEBNA VAROVALNA OPREMA	6
3.	PRIHOD DO ŠOLE IN VSTOPANJE V ŠOLSKI OBJEKT	7
	PRIHOD DO ŠOLE.....	7
	VSTOPANJE V ŠOLSKI OBJEKT IN V RAZRED	7
4.	POTEK DELA V ŠOLI	8
	UČILNICA	8
	ZBORNICA, KABINETI ZA UČITELJE	9
	ODMORI, ŠOLSKA PREHRANA.....	9
	DELITEV IN POBIRANJE GRADIV	9
	SANITARIJE	10
	ODHOD DOMOV	10
5.	PODPORNE DEJAVNOSTI.....	10
	ZRAČENJE PROSTOROV	10
	ČIŠČENJE PROSTOROV	11
	ŠOLSKA KUHINJA, SAMOPOSTREŽNI APARATI S HRANO IN NAPITKI.....	11
	Delo v kuhinji.....	11
	Jedilnica.....	12
6.	UKREPANJE V PRIMERU OBOLENJA S SIMPTOMI/ZNAKI COVID-19	12
7.	MATERIALI NA SPLETNI STRANI NIJZ.....	14
8.	VIRI	15
9.	PRILOGE	16
	Priloga 1: Razširjeni strokovni kolegij (RSK) za pediatrijo je opredelil zdravstvene omejitve za učence za vrnitev v šolo ob ponovnem odprtju, , samostojen dokument	16
	Priloga 2: Razširjeni strokovni kolegij (RSK) za medicino dela, prometa in športa je opredelil zdravstvene omejitve za zaposlene v šoli za vrnitev na delovno mesto ob ponovnem odprtju, , samostojen dokument	16
	Priloga 3: Izjava ob ponovnem vstopu v šolo.....	17

1. UVOD

Pojav novega koronavirusa pomeni dodatno tveganje v življenju in potrebo po spremembi obnašanja ter prilagoditvah.

Najpomembnejši ukrep za nadzor okužbe je, da bolni ostanejo doma. Higiena kihanja in kašlja ter vzdrževanje primerne razdalje sta ključnega pomena za omejevanje širjenja virusa in drugih mikroorganizmov s kapljicami, medtem ko je higiena rok in zlasti izogibanje dotikanju obraza z nečistimi rokami pomembna za preprečevanje posrednega stika z mikroorganizmi. Povečana fizična razdalja med ljudmi zmanjšuje možnost okužbe, še preden se pojavijo znaki in simptomi bolezni.

Kljub izvajanju vseh ukrepov se lahko še vedno pojavijo primeri COVID-19 in druge okužbe. Če se izvajajo navedeni ukrepi za preprečevanje okužb, bodo možnosti za širjenje okužbe bistveno manjše.

Potrebno se je zavedati, da manj izvajanja ukrepov pomeni manjšo varnost.

Še posebej so po dosedanjem spoznanjih ogroženi starejši in osebe z nekaterimi boleznimi (sklep RSK-jev Priloga 1, Priloga 2).

Ker se zavedamo, da zaradi razvojnih zakonitosti in specifičnosti dela učitelji in učenci ne morejo izvajati vseh možnih ukrepov, smo jih (po vzgledu drugih držav) skušali prilagoditi ali dodati druge ukrepe oziroma prilagoditve, ki preprečujejo okužbo in so izvedljivi v šolskem prostoru.

Kaj bo odpiranje šol pomenilo glede epidemije, ne vemo, ker so bile šole zaprte, v drugih državah pa nimajo izkušenj. Slovenska raziskava o okuženosti in prekuženosti prebivalcev pa je pokazala, da je prekuženost populacije podobna pri vseh starostnih skupinah.

Pri odpiranju šol se torej odločamo za številne koristi, ki jih prinašajo šole otrokom in zaposlenim staršem, odločamo pa se tudi za večje tveganje za prenos bolezni. Da bi kar najbolj zmanjšali to tveganje, svetujemo nabor ukrepov, za katere so se v času popuščenja ukrepov odločile tudi druge države.

Pri popuščenju ukrepov je, kakor opozarjata Evropska komisija in SZO, svetovana postopnost popuščenja.

2. SPLOŠNI HIGIENSKI UKREPI

Najpomembnejša pot prenosa novega koronavirusa je preko izločkov iz dihal in preko onesnaženih rok, predmetov in površin.

Ukrepi proti širjenju okužbe so zato prednostno usmerjeni v:

- Vzdrževanje zadostne medosebne razdalje in s tem v preprečevanje kapljičnega prenosa.

-V redno umivanje rok in čiščenje oz. razkuževanje površin in predmetov in s tem v preprečevanje kontaktnega prenosa.

Roke vedno smatramo kot kontaminirane, izjema je le neposredno po njihovem umivanju ali razkuževanju.

Z upoštevanjem vseh navedenih ukrepov bomo zmanjšali možnost za okužbo in s tem ščitili sebe in druge. Za pravilno izvajanje samozaščitnih ukrepov mora odgovornost prevzeti vsak posameznik.

Za zaščito tako učencev kot učiteljev in ostalega osebja v šoli pred okužbo s SARS-CoV-2 je potrebno zagotoviti primerne pogoje ter jih seznaniti in doseči dosledno izvajanje vseh splošnih higienskih ukrepov:

- Redno in temeljito umivanje rok z milom in vodo.
- V primeru, da voda in milo nista dostopna, si roke razkužimo z namenskim razkužilom za roke. Vsebnost alkohola (etanol, izopropanol) v razkužilu za roke naj bo 60 do 80 %. Razkužilo za roke je namenjeno samo zunanji uporabi. Sredstva za čiščenje/razkuževanje površin niso namenjena čiščenju/razkuževanju kože.
- Umivanje ali razkuževanje rok je obvezno po vsakem prijemanju kljuk (npr. vstopanje v ali izstopanje iz učilnice, pri odhodu na stranišče ali prihodu iz stranišča), ograje stopnišča ali po dotikanju drugih površin.
- Ne dotikajmo se obraza (oči, nosu in ust) z nečistimi/neumitimi rokami.
- Upoštevajmo zadostno medosebno razdaljo, vsaj 1,5 do 2 metra.
- Odsvetujemo zbiranja v skupinah, razen v okviru učne skupine, na celotnem območju šole.
- Upoštevanje pravilne higiene kašlja (preden zakašljamo/kihnejo, si pokrijemo usta in nos s papirnatim robčkom ali zakašljamo/kihnejo v zgornji del rokava). Papirnat robček po vsaki uporabi odvržemo med odpadke in si nato umijemo roke z milom ter vodo.
- Zaprte prostore večkrat dnevno temeljito prezračimo, priporočamo po vsaki uri (na stežaj odprta okna).

- V šolski objekt naj vstopajo samo učenci in zaposleni, ostali le po potrebi po predhodni najavi in naj upoštevajo vse potrebne ukrepe (nošenje obrazne maske, higiena rok, kašlja...)
 - Morebitne govorilne ure in pridobivanje informacij naj starši opravijo po telefonu ali preko računalniške povezave.
 - Tudi pri vseh sestankih prednostno svetujemo organizacijo video sestankov.
 - Organiziranje vsakršnih dogodkov oziroma udeležba na njih (npr. koncerti, proslave, razstave, literarni večeri) je odsvetovana.

Splošna navodila za preprečevanje okužbe s povzročiteljem COVID 19 so dosegljiva na spletni strani: <https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2019>

Za boljšo seznanitev svetujemo, da so navodila, nameščena v razredih ter drugod po šoli oziroma, da se v času prihoda učencev vrtijo na digitalnih zaslonih, v kolikor so le ti nameščeni po hodnikih, zlasti:

- Kaj lahko storim, da preprečim širjenje novega koronavirusa:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/plakat_navodila_preprecevanje-sirjenja.pdf
- Umivanje rok:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/navodila_higiena-rok_zdravstveni-delavci.pdf
- Higiena kašlja:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/navodila_higiena-kaslja_0.pdf
- Pravilna namestitvev obrazne maske:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_lektorirano.pdf.

ZDRAVSTVENE OMEJITVE

ZDRAVSTVENE OMEJITVE

Razširjeni strokovni kolegij (RSK) za pediatrijo je opredelil zdravstvene omejitve za učence za vrnitev v šolo ob ponovnem odprtju (Priloga 1). V primeru, da je v družini, v istem gospodinjstvu drug otrok, mladostnik ali odrasla oseba, ki ima zdravstvene omejitve, otroku odsvetujemo vrnitev v šolo. Starši naj se posvetujejo z izbranim osebnim zdravnikom - specialistom pediatrije oz. izbranim osebnim zdravnikom – specialistom splošne oz. družinske medicine.

Razširjeni strokovni kolegij (RSK) za medicino dela, prometa in športa je opredelil zdravstvene omejitve za zaposlene v šoli za vrnitev na delovno mesto ob ponovnem odprtju (Priloga 2). V primeru, da je v družini, v istem gospodinjstvu drug otrok, mladostnik ali odrasla oseba, ki ima zdravstvene omejitve, odsvetujemo vrnitev v šolo. O umiku z delovnega mesta zaradi zdravstvenih razlogov odloča zdravnik - specialist medicine dela, prometa in športa, ki presoja individualno in so mu predlagane bolezni le smernice pri delu.

SPREMLJANJE ZDRAVSTVENEGA STANJA

Pouk naj obiskujejo le zdravi učenci in učitelji (brez znakov akutne okužbe dihal).

Ob ponovnem vstopu v šolo naj učenci prinesejo podpisano izjavo staršev Izjava staršev pred vstopom otroka v šolo ob sproščanju ukrepov za zajezitev širjenja COVID-19 (Priloga 3).

Skladno z nasveti na obrazcu v Prilogi 3 naj smiselno postopajo tudi zaposleni.

OBLIKOVANJE UČNIH SKUPIN

Priporočamo, da se na šoli iz razredov oblikujejo manjše učne skupine.

Manjša kot je skupina učencev, manjše kot je število oseb na površino učilnice, večja kot je razdalja med učenci, manjša je možnost prenosa virusa.

Število oseb v učilnici naj bo odvisno tudi od starosti učencev. Priporočamo, da so skupine otrok v prvi triadi manjše. V kolikor je organizacijsko možno, bi za prvo triado svetovali do 10 učencev. Ne glede na starost učencev pa svetujemo, da naj bo v eni učni skupini največ polovica učencev običajnega razreda, torej največ do 15 učencev.

OSEBNA VAROVALNA OPREMA

Priporočamo, da vsi zaposleni in starejši od 12 let v objektu šole nosijo maske, zaposleni ves čas, devetošolci pa izven matične učilnice učne skupine. Zanje svetujemo uporabo maske ali drugo obliko zaščite ustnega in nosnega predela (šal, ruta ali podobne oblike zaščite).

Vsi naj bodo seznanjeni s pravilnim načinom nošenja ter snemanja mask. Pred uporabo ter po odstranitvi maske naj si temeljito umijejo ali razkužijo roke. Maska mora segati od korena nosu do pod brado, med nošenjem naj se je osebe ne dotikajo.

Navodila za pravilno namestitev in odstranitev maske so dosegljiva na povezavi: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_lektorirano.pdf.

Splošno o uporabi mask je dosegljivo na povezavi: <https://www.nijz.si/sl/splosna-uporaba-zascitnih-mask>

Za zaščito osebja svetujemo uporabo zaščitnih mask.

Natančnejša navodila za posamezna delovna mesta poda pooblaščen specialist medicine dela, ki natančno pozna organizacijski proces in tveganja na posameznih delovnih mestih. Spletna stran medicine dela, dostopna na naslednji povezavi:

<https://www.anticovid.zmdps.si/>

3. PRIHOD DO ŠOLE IN VSTOPANJE V ŠOLSKI OBJEKT

PRIHOD DO ŠOLE

Priporočamo peš hojo, kolesarjenja za učence, ki imajo kolesarski izpit, tudi individualni prevoz s strani staršev (brez združevanja učencev).

Svetujemo smiselno prilagoditev javnega prevoza v šolo - Navodila za izvajalce posebnih linijskih prevozov v času epidemije COVID -19 so dosegljiva na povezavi:

<https://www.nijz.si/sl/sproscanje-ukrepov-covid-19>:

Higienska priporočila za izvajanje avtobusnega javnega stalnega, občasnega in posebnega linijskega ter izven linijskega prevoza potnikov (primestni, medmestni, krajevni) in mestnega prevoza potnikov v času epidemije COVID-19

VSTOPANJE V ŠOLSKI OBJEKT IN V RAZRED

Svetujemo, da so učenci in njihovi starši pred ponovnim prihodom v šolo obveščeni o organizaciji pouka, npr.

- o učilnici, v kateri bodo imeli v tem času pouk in da bodo predvideni razpoložljivi sedeži imensko označeni;
- o pravilih ravnanja v šoli v času razbremenilnih ukrepov epidemije COVID-19 (npr. glede lokacij/možnosti za razkuževanje rok, glede postopkov pred vstopom v šolo, hoje po označenih koridorjih, postopkov pred vstopom v razred, ne druženja oz. vzdrževanja distance pri tem, ne posojanja stvari, ravnanju z garderobo, glede režima pri obiskovanju WC-ja, glede malice...);
- o navodilih za preprečevanje okužbe (<https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2019>) in vsebino infografik na to temo (npr. umivanje rok, higiena kašlja...);
- o tem, kaj naj prinesejo s seboj (šolske potrebščine, voda v plastenkah, eventualna dodatna oblačila, saj se bo prostore veliko zračilo...)
- devetošolce o uporabi mask ali drugi obliki zaščite ustnega in nosnega predela (šal, ruta ali podobne oblike zaščite).

Učenci in njihovi starši naj bodo hkrati seznanjeni, da je ob ponovnem zagonu pouka tveganje za prenos okužbe z virusom SARS-CoV-2 večje. Temu ustrezno naj skušajo zaščititi svoje morebitne starejše ali imunsko oslabele sorodnike oziroma osebe, ki so jim blizu – kontakt z njimi naj bo le na zadostni razdalji in z uporabo maske.

Priporočamo, da učenci v šolski objekt vstopajo posamično, pri tem naj ohranjajo 1,5 do 2 metrsko medosebno razdaljo. Šola naj, glede na možnosti, uporabi več vhodov in naj organizacijo prihajanja in odhajanja v šolo opredeli v hišnem redu. Svetujemo, da pripravijo talne označbe za vzdrževanje želene, 1,5 do 2 metrske, medosebne razdalje. Predlagamo tudi talno označitev tako imenovanih koridorjev, na hodnikih in v učilnicah.

Devetošolci naj v šolskem objektu, razen v matični učilnici učne skupine, uporabljajo masko ali drugo obliko zaščite ustnega in nosnega predela.

Podajalniki razkužil/razkužila naj bodo nameščena na več dostopnih mestih šole, tudi na več mestih v avli oz. na hodnikih. Prav tako naj bodo na več vidnih mestih izobešene infografike¹ s splošnimi higienskimi ukrepi.

Priporočamo, da je v času prihodov v šolo pri vhodu in na hodnikih odrasla oseba, ki skrbi, da se ukrepi izvajajo. Enako svetujemo tudi v času odmorov.

4. POTEK DELA V ŠOLI

UČILNICA

Pred začetkom pouka je potrebno učilnice temeljito prezračiti.

Vrata učilnice naj bodo odprta do začetka pouka, tako da je čim manj dotikov kljuge. Prenos preko kljuge preprečujemo s tem, da kljuko obrišemo z alkoholnim robčkom ali s papirnato krpo za enkratno uporabo in razkužilom (70 % alkohol).

V vsaki učilnici naj bo:

- razkužilo za roke;
- po možnosti izobešen plakat s splošnimi higienskimi ukrepi in ostale infografike¹.

Za vzdrževanje ustrezne higiene rok naj se uporabljajo samo učilnice z umivalnikom, ki naj bo opremljen z milom in brisačkami za enkratno uporabo ter košem za odpadke.

Pouk naj poteka v primerno velikih učilnicah, ki ves čas omogočajo doseganje zadostne medosebne razdalje (1,5 do 2 metra).

Vsakemu razredu oziroma učni skupini naj bo za čas trajanja epidemije COVID-19 dodeljena matična učilnica, v kateri bo zanje potekal pouk za vse predmete, določeni naj jim bodo tudi sanitarni prostori, ki jih lahko ta razred oz. učna skupina uporablja.

Odsvetujemo prehajanje učencev iz ene v drugo učilnico. Prav tako svetujemo, da se tekom epidemije COVID-19 ohranja dodeljeni sedežni red.

Zaradi težav pri zagotavljanju ustreznega razkuževanja površin predlagamo, da se pouk v računalniških učilnicah in laboratorijih, razen za demonstracije, ne izvaja. Predlagamo, da računalnik v učilnici uporabljajo zgolj učitelji. Če se vseeno odločite za uporabo računalniške učilnice, priporočamo, da tudi tam zagotavljate ustrezno razdaljo med učenci in da ostanejo

¹ Umivanje rok:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/navodila_higiena-rok_zdravstveni-delavci.pdf

Higiena kašlja: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/navodila_higiena-kaslja_0.pdf

Pravilna namestitve maske:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_lektorirano.pdf

zgolj na enem računalniku. Svetujemo, da vse površine, ki se jih učenci dotikajo (npr. tipkovnica, miška, miza, ekran...) po uporabi razkužite.

Svetujemo, da si učenci šolskih potrebščin in pripomočkov med seboj ne izmenjujejo in ne izposojajo.

Priporočamo, da je učitelj ves čas prisoten v razredu, za časa malice ga nadomesti kdo drug od osebja. Učitelji naj dorečejo režim hoje učencev na stranišče. Poskrbeti je potrebno, da na stranišču ne nastaja gneča.

Zlasti učenci prve triade naj imajo pouk tudi na prostem, izbira se ure, ko moč sonca ni največja in poskrbi za ustrezno zaščito pred soncem. Svetujemo, da se pri premiku iz učilnice do prostora zunaj in tudi tam ves čas zagotavlja medosebno razdaljo vsaj 1,5 do 2 metra.

ZBORNICA, KABINETI ZA UČITELJE

Pri določanju, koliko oseb je lahko največ v prostoru, uporabljamo za zbornico in kabinete enak ključ kot pri učilnicah (zagotovljena naj bo medosebna razdalja vsaj 1,5 do 2 metra).

Videokonference imajo prednost pred klasičnimi sestanki.

ODMORI, ŠOLSKA PREHRANA

Med šolskimi odmori, vključno s šolsko malico, učenci ne zapuščajo učilnic. Po vsaki uri naj se prostor intenzivno prezračijo.

Šolska prehrana naj bo organizirana skladno z lokalnimi možnostmi. Malico učenci zaužijejo v razredu, hrano razdeli učitelj ali dežurna oseba, ki si je pred razdeljevanjem umila roke, od klopi do klopi. Priporočamo, da je celotna malica pripravljena eno porcijsko.

Pred hranjenjem naj si svojo klop (mizo) učenci obrišejo z alkoholnimi robčki ali papirnato brisačko za enkratno uporabo in razkužilom (70 % do 80% etanol) in naredijo pogrinjek z brisačko za enkratno uporabo. Pred nadaljevanjem pouka postopek ponovijo. Pred in po končanem hranjenju naj si umijejo roke z vodo in milom.

Učence se dosledno spodbuja k rednemu in pravilnemu umivanju rok (po kihanju, kašljanju, pred in po malici itd.). Svetujemo, da učence usmerja učitelj.

DELITEV IN POBIRANJE GRADIV

Prenos virusa je možen preko različnih predmetov, tudi preko papirja.

Svetujemo, da morebitno tiskano učno gradivo učencem deli in pobira učitelj, ki si je pred tem umil ali razkužil roke.

Priporočamo, da vrnjene/oddane pisne izdelke učitelj pred popraviljem vsaj 1 dan² hrani na varnem mestu. Nasvet temelji na preživetju virusa na različnih površinah, razvidno iz opombe 2.

Svetujemo, da tudi ravnanje z ostalim gradivom, vključno s knjižničnim gradivom, v času epidemije COVID-19 smiselno priredite skladno z navodilom za knjižnice, dosegljivo na spletni strani NIJZ.

SANITARIJE

Okna sanitarij naj bodo odprta. Tudi pred sanitarijami v predprostoru sanitarij svetujemo talne označbe za zagotavljanje primerne medosebne razdalje. Vrata naj učenci po možnosti odpirajo s komolcem oz. s pomočjo čiste papirnate brisačke. V sanitarijah naj bo vedno na voljo milo in papirnate brisačke. Sušilniki rok so v obdobju epidemije COVID-19 odsvetovani.

Razredniki naj učence seznanijo z ukrepi, ki se jih je potrebno držati v sanitarijah.

Predlagamo, da v sanitarijah namestite infografiko z nasveti o umivanju rok, ki so dosegljivi na povezavi: <https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2019>

Skušajte se izogibati zastojem na poti v in iz stranišča.

Glede urejenosti in uporabe sanitarij za zaposlene naj zaposleni smiselno upoštevajo navodila za učence.

ODHOD DOMOV

Po končanem pouku naj učenci iz šole izstopajo posamično, pri tem naj stalno ohranjajo 1,5 do 2 metrsko medosebno razdaljo. Priporočamo, da je tudi v tem delu dneva pri vhodu ter na vsakem hodniku prisotna odrasla oseba, ki skrbi, da se ukrepi spoštujejo.

5. PODPORNE DEJAVNOSTI

ZRAČENJE PROSTOROV

Vsak dan pred pričetkom pouka naj se učilnice temeljito prezračijo (vsa okna v učilnici odprta na stežaj), nato pa naj se izvajanje pouka prilagodi na način, ki omogoča redno prezračevanje prostorov na vsako uro. Še boljše je, če je seveda možno, da se učilnice zračijo ves čas. Okna naj odpira in zapira samo učitelj oziroma ena oseba.

² Po do sedaj znanih podatkih iz literature na osnovi laboratorijskih raziskav novi koronavirus SARS-CoV-2 na tiskarskem in tekstilnem papirju preživi 3 ure, na kartonu 24 ur, na gladkih površinah kot so steklo in bankovci 4 dni, gladkih površinah kot sta jeklo in plastika 7 dni.

Tudi po koncu pouka, pred čiščenjem, naj se učilnico temeljito prezrači (vsa okna v učilnici odprta na stežaj).

Navodila za prezračevanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času širjenja COVID-19 so dosegljiva na: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-prezracevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-casu-sirjenja-okuzbe-covid-19>.

ČIŠČENJE PROSTOROV

Pred ponovnim pričetkom pouka naj bo šola ustrezno očiščena s sredstvi, ki se jih sicer uporablja za čiščenje prostorov. Šola naj smiselno uporabi Priporočila lastnikom objektov za hišno vodovodno omrežje (HVO) po daljši prekinitvi uporabe pitne vode (COVID-19), dosegljiva na povezavi: <https://www.nijz.si/sl/priporocila-lastnikom-objektov-za-hisno-vodovodno-omrezje-hvo-po-daljsi-prekinitvi-uporabe-pitne>.

V času izvajanja pouka je potrebno šolske prostore redno čistiti in razkuževati. Najmanj 1 krat dnevno je potrebno temeljito čiščenje prostorov, kjer se nahajajo učenci, učitelji in ostalo osebje. V prostorih, ki niso stalno v uporabi, se razkuži površine in predmete, ki se jih pogosteje dotika.

Koši za smeti naj bodo izpraznjeni vsaj 1-krat na dan.

Površine in predmete, ki se jih pogosto dotikamo (npr. kljuke, držala, stikala za luči, potezne vrvic v sanitarijah...) naj se razkužijo večkrat dnevno.

Upošteva naj se priporočila za čiščenje in razkuževanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času epidemije COVID-19, ki so dosegljiva na povezavi: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeva>

ŠOLSKA KUHINJA, SAMOPOSTREŽNI APARATI ZA NAPITKE

Svetujemo, da samopostrežni aparati za napitke ne obratujejo.

Delo v kuhinji

- osebje naj bo seznanjeno s posebnim delovnim režimom, planom čiščenja za površine in prostore v obdobju epidemije COVID-19;
- ravnanje z živili mora potekati skladno z sistemom HACCP;
- jedilniki naj bodo enostavnejši;
- malice naj bodo pripravljene enoporcijsko, tako da v razredih razen razdelitve ni potrebnih dodatnih dejavnosti (npr. mazanja namaza na kruh), jedi/živila naj bo pred morebitno kontaminacijo zaščiteno s folijo;
- malice naj bodo dostavljene v razred

- obvezno je nošenje zaščitne maske³;
- delovna oblačila je potrebno zamenjati vsak dan, prati pri temperaturi vsaj 60 °C;
- redno umivanje rok;
- redno čiščenje površin in pultov;
- ohranjanje medosebne razdalje vsaj 1,5 do 2 metra (glede na prostorske možnosti);
- osebe v kuhinji naj se, če je to le mogoče, razdeli v dve skupini-izmeni, ki naj se med seboj ne križata.

Jedilnica

- predlagamo, da se v jedilnici postreže zgolj kosilo;
- vsi uporabniki si morajo pred vstopom v jedilnico in pri izhodu umiti roke,
- določeno naj bo največje število oseb, ki se lahko istočasno nahaja v jedilnici (glede na možnosti vzdrževanja medosebne razdalje vsaj 1,5 do 2 metra), priporočamo, da se v jedilnici označijo stoli, ki se lahko uporabljajo;
- v kolikor je abonentov za kosilo več, naj delitev poteka v dveh ali več fazah/izmenah, med katerimi se prostor temeljito prezrači, mize, stoli in pladnji pa razkužijo;
- učenci iz ene učne skupine, ki imajo v šoli kosilo, naj gredo na kosilo skupaj, v jedilnici naj bo hkrati čim manj učnih skupin;
- podrobnosti glede razporejanja učencev pri kosilu naj bodo opredeljene v hišnem redu;
- v kolikor se hodi po hrano k izdajnemu pultu, naj bo s talnimi označbami opredeljen enosmeren koridor dostopa do pulta in talne označbe 1,5 do 2-metrске razdalje med čakajočimi;
- osebe naj izdaja hrano izza pleksi zaslona ali zaščiteno z ustrezno masko (kirurška IIR)³;
- po zaključku hranjenja naj bo zopet s talnimi označbami opredeljen enosmeren koridor do izhoda z vmesno postajo za oddajo pladnja z umazano posodo.

6. UKREPANJE V PRIMERU OBOLENJA S SIMPTOMI/ZNAKI COVID-19

OBRAVNAVA PRIMERA S SUMOM NA COVID-19 V OSNOVNI ŠOLI

Če zboli učenec z vročino in drugimi znaki akutne okužbe dihal, se v skladu s postopkovnikom šole obvesti starše in se ga napoti domov. (Za pot domov naj ne uporablja javnega prevoza).

³ Natančnejša navodila za posamezna delovna mesta poda pooblaščen specialist medicine dela, ki natančno pozna organizacijski proces in tveganja na posameznih delovnih mestih. Spletna stran medicine dela, dostopno na naslednji povezavi: <https://www.anticovid.zmdps.si/>

Če mora v šoli počakati starše ali skrbnike, naj počaka v izolaciji. Če je mogoče, naj v času, ko čaka starše, nosi masko. Uporablja naj samo določene sanitarije in umivalnik.

Če je pri učencu nato potrjena okužba COVID-19, starši o tem obvestijo ravnatelja šole. Šola o tem obvesti NIJZ. NIJZ vodi epidemiološko preiskavo. Z epidemiološko preiskavo se išče izvor okužbe in identificira kontakte, ki so bili v stiku z obolelim učencem v času kužnosti doma, v šoli itd. Pričetek kužnosti je dva dni pred pojavom bolezni. NIJZ svetuje kontaktom, da v času inkubacije COVID-19 spremljajo svoje zdravstveno stanje ter posreduje seznam kontaktov Ministrstvu za zdravje, ki izda odločbe o karanteni.

Če zboli učitelj z vročino in znaki akutne okužbe dihal, se umakne iz delovnega mesta in pokliče izbranega zdravnika. V primeru, da je COVID-19 pozitiven, o tem obvesti šolo. Šola o primeru obvesti NIJZ, ki podobno začne z epidemiološko preiskavo.

Prostore šole, kjer se je gibal oboleli učenec ali učitelj s COVID-19, se temeljito očisti in izvede dezinfekcijo. Prostore se tudi temeljito prezrači.

Priporočila za čiščenje in razkuževanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času epidemije COVID-19 : <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeval>

Splošna navodila za osebe, ki zbolijo s sumom na COVID-19 so dostopna na spletni strani NIJZ: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/letak_covid-19.pdf.

Priporočila se bodo spreminjala skladno z epidemiološko sliko in novimi spoznanji.

7. MATERIALI NA SPLETNI STRANI NIJZ

V pomoč so vam lahko materiali na spletni strani NIJZ:

Za otroke in mladostnike:

- <https://www.nijz.si/sl/otroci-in-mladostniki-v-casu-sirjenja-okuzbe-covid-19>
- <https://zdaj.net/>
- <https://zdaj.net/kategorija/koronavirus-otroci-in-mladostniki/>
- Kako se širijo virusi (strip)
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/strip_kako-se-sirijo-virusi.pdf

Spletna svetovalnica za mladostnike:

- <https://www.tosemajaz.net/>
- <https://www.tosemajaz.net/clanki/epidemija-koronavirusa/>
- Ostali materiali: <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-sars-cov-2-gradiva>
- Za otroke:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/datoteke/dusevno_zdravje_otroci.pdf

8. VIRI

- spletne strani NIJZ. www.nijz.si
- Martin Exner M, Peter Walger P, Teichert U, Herr C. Stellungnahme Deutsche Gesellschaft für Krankenhaushygiene (DGKH), Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes (BVÖGD), Gesellschaft für Hygiene, Umweltmedizin und Präventivmedizin (GHUP). Bekämpfung der COVID-19-Epidemie in Deutschland – Handlungsempfehlungen für Gesundheitsämter für die infektiologisch-hygienische Überwachung der Durchführung von schriftlichen Schulprüfungen (Abitur, ZP 10), sonstiger Abschlussprüfungen in Ausbildungsberufen und in der Universität und zum Wiederbeginn des Schulbetriebes. Available from: https://www.krankenhaushygiene.de/ccUpload/upload/files/2020_04_16_Stellungnahme-DGKH-BVOEGD-GHUP-Praeventivkonzept.pdf
- Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie – Schule. Dosegljivo na: <https://www.berlin.de/sen/bjf/coronavirus/aktuelles/schulschliessung/>
- Fahrplan Zentralmatura&Berufsschulabschluss Schuljahr 2019/20. Dosegljivo na: https://www.bmbwf.gv.at/Themen/schule/beratung/corona/corona_fua.html#zm
- Hygienehandbuch zu COVID-19 Teil 1: Empfehlungen des BMBWF zum Schutz vor einer COVID-19-Ansteckung in elementarpädagogischen Einrichtungen und Schulen. Wien: Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung; 2020.
- Official website of the Gouvernement du Québec. Preschools and elementary and secondary schools in the context of the COVID-19 pandemic. Pridobljeno 1.5.2020 s spletne strani: <https://www.quebec.ca/en/education/preschool-elementary-and-secondary-schools/etablissements-scolaires-prescolaires-primaires-et-secondaires-dans-le-contexte-de-la-covid-19/>
- Jacobsen S. What is it like in Denmark's reopened schools? Pridobljeno 1.5.2020 s spletne strani: <https://www.tes.com/news/what-it-denmarks-reopened-schools>
- Hrvatski zavod za javno zdravstvo. Zagreb, 29. 04. 2020. Upute za sprječavanje i suzbijanje epidemije COVID-19 za ustanove ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja te osnovnoškolske ustanove u kojima je osigurana mogućnost zbrinjavanja djece rane i predškolske dobi te učenika koji pohađaju razrednu nastavu
- European Commission. 2020. Joint European Roadmap towards lifting COVID-19 containment measures. Brussels, European Commission, pridobljeno s spletne stran v maju, 2020: https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/communication_-_a_european_roadmap_to_lifting_coronavirus_containment_measures_0.pdf

9. PRILOGE

Priloga 1: Razširjeni strokovni kolegij (RSK) za pediatrijo je opredelil zdravstvene omejitve za učence za vrnitev v šolo ob ponovnem odprtju, , samostojen dokument



Sklep RSK za
pediatrijo 8. korespo

Priloga 2: Razširjeni strokovni kolegij (RSK) za medicino dela, prometa in športa je opredelil zdravstvene omejitve za zaposlene v šoli za vrnitev na delovno mesto ob ponovnem odprtju, , samostojen dokument



Sklep RSK za
medicino dela prom

Izjava staršev pred vstopom otroka v šolo

ob sproščanju ukrepov za zajezitev širjenja COVID-19

Moj otrok _____ (ime in priimek otroka)

1. v zadnjih 14 dneh ni imel kateregakoli od naslednjih simptomov/znakov: povišana telesna temperatura, kašelj, glavobol, slabo počutje, boleče žrelo, nahod, težko dihanje (občutek pomanjkanja zraka), driska oz. je bil v tem obdobju zdrav;
2. v zadnjih 14 dneh ni bil v stiku z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba s SARS-CoV-2.
3. Če se bodo pri mojem otroku pojavili zgoraj navedeni znaki/simptomi ali bo potrjena okužba s SARS-CoV-2 pri osebi, ki z otrokom biva v istem gospodinjstvu (najpogosteje družinski član), bo otrok ostal doma.

Kraj in datum: _____

Podpis: _____

Če vaš otrok zboli z zgoraj navedenimi znaki/simptomi ali bo potrjena okužba s SARS-CoV-2 pri osebi, ki z otrokom biva v istem gospodinjstvu (najpogosteje družinski član), naj ostane doma in omeji stike z drugimi ljudmi. Če je otrok bolan, za nadaljnja navodila pokličite otrokovega izbranega ali dežurnega zdravnika. V primeru potrjene okužbe v družini ali drugega tesnega stika z okuženo osebo boste nadaljnja navodila prejeli od epidemiološke službe.

Priporočamo vam, da otrok omeji stike s starejšimi (npr. s starimi starši) in osebami s pridruženimi kroničnimi boleznimi ali imunskimi pomanjkljivostmi, saj so le-ti bolj ogroženi za težek potek bolezni. Druženje otrok namreč poveča tveganje za okužbo otroka.

Osnovne informacije o COVID-19

Okužba z virusom SARS-CoV-2 lahko povzroči koronavirusno bolezen 2019 oz. COVID-19. Inkubacijska doba (čas med okužbo in pojavom bolezni) je lahko do 14 dni, povprečno približno 6 dni. Bolezen se najpogosteje kaže z znaki/simptomi okužbe dihal, to je s slabim počutjem, utrujenostjo, nahodom, vročino, kašljem in pri težjih oblikah z občutkom pomanjkanja zraka. Pri približno 80% okuženih bolezen poteka v lažji obliki. Pri otrocih je potek bolezni praviloma lažji, tveganje za težek potek in zaplete pa se poveča pri starejših (zlasti starejših od 60 let) in osebah s pridruženimi boleznimi, kot so srčno-žilne bolezni, bolezni pljuč, jeter, ledvic, sladkorna bolezen, imunske pomanjkljivosti ipd. Za težji potek bolezni je značilna pljučnica. Za potrditev ali izključitev okužbe s SARS-CoV-2 je potrebno mikrobiološko testiranje. Okužba s SARS-CoV-2 se med ljudmi prenaša kapljično, z izločki dihal. Za prenos potreben tesnejši stik z bolnikom (razdalja do bolnika manj kot 1,5 m). Okužba je možna tudi ob stiku s površinami, onesnaženimi z izločki dihal. Za preprečevanje okužbe je tako najpomembnejša dosledna higiena rok in kašlja. Podrobna navodila za preprečevanje okužbe in več informacij na spletni strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje: <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov>