

Š O L S K I  C E N T E R

Š K O F J A L O K A

SREDNJA ŠOLA ZA STROJNIŠTVO

**SREDNJE ŠOLE
HIGIENSKA PRIPOROČILA
V ČASU EPIDEMIJE COVID-19**

KAZALO VSEBINE

1	UVOD	3
2	SPLOŠNI HIGIENSKI UKREPI	3
3	ZDRAVSTVENE OMEJITVE	5
3.1	ZDRAVSTVENE OMEJITVE	5
3.2	SPREMLJANJE ZDRAVSTVENEGA STANJA	5
4	OBLIKOVANJE UČNIH SKUPIN	5
5	ZAŠČITNA OPREMA	5
6	PRIHOD DO ŠOLE IN VSTOPANJE V ŠOLSKI OBJEKT	6
6.1	PRIHOD DO ŠOLE	6
6.2	VSTOPANJE V ŠOLSKI OBJEKT IN V RAZRED	6
7	ODMORI, ŠOLSKA MALICA	6
8	ODHOD DOMOV	7
9	UKREPANJE V PRIMERU OBOLENJA S SIMPTOMI/ZNAKI COVID-19	7
10	BIVANJE V DIJAŠKEM DOMU	7
11	MATERIALI NA SPLETNI STRANI NIJZ	8
12	VIRI	8

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.

2 SPLOŠNI HIGIENSKI UKREPI

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

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.

Popolne varnosti ni.

SREDNJA ŠOLA ZA STROJNIŠTVO

Za zaščito tako dijakov kot profesorjev 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 v razkužilu za roke naj bo 60 do 80 %. Razkužilo za roke je namenjeno samo zunanji uporabi. Možno je uporabljati tudi alkoholne razkužilne robčke (70%). 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 si obraza (oči, nosu in ust) z nečistimi/neumitimi rokami.
- Upoštevajmo zadostno medosebno razdaljo, vsaj 1,5 do 2 metra.
- Odsvetujemo zbiranja v skupinah na celotnem območju šole oziroma dijaškega doma.
- Upoštevanje pravilne higiene kašlja (preden zakašljamo/kihne, si pokrijemo usta in nos s papirnatim robčkom ali zakašljamo/kihne 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 oziroma med maturo po posameznem izpitnem sklopu (na stežaj odprta okna).
- Razen dijakov in strokovnih delavcev šole naj v objekt šole ne vstopa nihče, eventualno najavljena oseba pa obvezno v spremstvu predstavnika šole in z obrazno masko.
- Morebitne govorilne ure in pridobivanje informacij naj starši/dijaki opravijo po telefonu ali preko računalniške povezave.
- Organiziranje 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>

Kaj lahko storim, da preprečim širjenje novega koronavirusa:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/plakat_navodila_preprecite_v-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

SREDNJA ŠOLA ZA STROJNIŠTVO

Pravilna namestitvev obrazne maske:

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

3 ZDRAVSTVENE OMEJITVE

3.1 ZDRAVSTVENE OMEJITVE

V primeru, da je v družini, v istem gospodinjstvu drug otrok, mladostnik ali odrasla oseba, ki ima zdravstvene omejitve, naj se starši posvetujejo z izbranim osebnim zdravnikom-specialistom pediatrije oz. izbranim osebnim zdravnikom – specialistom splošne oz. družinske medicine.

3.2 SPREMLJANJE ZDRAVSTVENEGA STANJA

Pouk naj obiskujejo le **zdravi dijaki in profesorji** (brez znakov akutne okužbe dihal).

Ob ponovnem vstopu v šolo naj dijaki prinesejo podpisano izjavo Izjava staršev/dijaka* pred vstopom dijaka v šolo ob sproščanju ukrepov za zavezitev širjenja COVID-19. (Priloga 2)

Opomba*: V primeru, da je dijak polnoleten, izjavo izpolni in podpiše sam. (Priloga 3)

4 OBLIKOVANJE UČNIH SKUPIN

Ves čas naj se vzdržuje primerna medosebna razdalja (najmanj 1,5 do 2 metra).

5 ZAŠČITNA OPREMA

Priporočamo, da vsi zaposleni in dijaki v objektu šole nosijo maske. Dijaki jo lahko, ko sedijo pri pouku oziroma opravljajo maturo in je zagotovljena distanca, odložijo. V primeru da se dijaku približa profesor ali dijak na manj kot 1,5 do 2 metra, naj si nadenejo maske (npr. ko profesor pobira izpitne pole).

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. Masko je treba občasno zamenjati, na 2 do 3 ure.

Navodila za pravilno namestitvev 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-uporabazascitnih-mask>

6 PRIHOD DO ŠOLE IN VSTOPANJE V ŠOLSKI OBJEKT

6.1 PRIHOD DO ŠOLE

Priporočamo peš hojo, kolesarjenje, tudi individualnega prevoz s strani staršev (brez združevanja dijakov!).

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 so dosegljiva na povezavi:

<https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/prevozi linijski avtobusi.pdf>

6.2 VSTOPANJE V ŠOLSKI OBJEKT IN V RAZRED

Ob ponovnem zagonu pouka je tveganje za prenos okužbe z virusom SARS-CoV-2 večje. Temu ustrezno naj dijaki in njihovi starši skušajo zaščititi svoje morebitne starejše ali imunsko oslabele sorodnike oziroma osebe, ki so jim blizu – kontakt z njimi naj bo le na zadostni razdalji. Zaposleni, dijaki in obiskovalci vstopajo v šolski objekt z masko.

Priporočamo, da dijaki v šolski objekt vstopajo posamično, pri tem naj ohranjajo 1,5 do 2 metrsko medosebno razdaljo.

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

Ni dovoljeno zadrževanje v skupinah oz. druženje na funkcionalnem zemljišču šole in v objektu šole (npr. šolsko dvorišče, šolsko igrišče, šolsko parkirišče, hodniki, garderobe...).

V času prihodov v šolo in v času odmorov se pri vhodu in na vsakem hodniku nahaja odgovorna odrasla oseba, ki skrbi, da se ukrepi izvajajo.

7 ODMORI, ŠOLSKA MALICA

Organizirane malice v šoli ne bo, zato jo po potrebi dijaki prinesejo s seboj, pri čemer morajo dijaki upoštevati vsa higienska priporočila. Pred hranjenjem naj si dijaki svojo klop (mizo) očistijo in razkužijo z razkužilom (70%etanol) in naredijo pogrinjek z brisačko za enkratno uporabo. Pred nadaljevanjem pouka postopek ponovijo.

S čistimi rokami naj si previdno odstranijo masko ter jo zavržejo v koš za odpadke oz. če je pralna shranijo v vrečko. Pred hranjenjem naj si roke ponovno umijejo oziroma razkužijo. Po

SREDNJA ŠOLA ZA STROJNIŠTVO

končanem hranjenju naj si ponovno umijejo ali razkužijo roke ter s čistimi rokami nadenejo masko.

Dijaki morajo izvajati redno in pravilno umivanje rok (npr. po kihanju, kašljanju, pred in po malici itd.).

Med šolskimi odmori, vključno s šolsko malico, dijaki ne zapuščajo učilnic.

Priporočamo, da po vsaki uri, v času intenzivnega zračenja, in prvih pet minut odmora za malico, dijaki ob svoji mizi stoje naredijo nekaj razgibalnih oziroma razteznih vaj, ki pa naj ne povzročijo pospešenega dihanja.

8 ODHOD DOMOV

Po končanem pouku naj dijaki iz šole izstopajo posamično, pri tem naj stalno ohranjajo 1,5 do 2 metrsko medosebno razdaljo. Zadrževanje v skupinah oz. druženje na funkcionalnem zemljišču pred vhodom v šolo ni dovoljeno.

9 UKREPANJE V PRIMERU OBOLENJA S SIMPTOMI/ZNAKI COVID-19

Če zboli dijak z vročino in drugimi znaki akutne okužbe dihal, se ga napoti domov. Za pot domov ne uporablja javnega prevoza. Če mora počakati starše ali skrbnike, počaka v izolaciji. Dijak v času, ko čaka na starše ali skrbnike, če je mogoče, nosi masko. Uporablja samo določene sanitarije in umivalnik.

Če je pri dijaku nato potrjena okužba COVID-19, starši dijaka o tem obvestijo šolo. 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 dijakom 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.

Prostore šole, kjer se je gibal oboleli dijak, profesor oziroma osebje s COVID-19, se temeljito očisti in izvede dezinfekcijo. Prostore se tudi temeljito prezračijo.

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

10 BIVANJE V DIJAŠKEM DOMU

Za bivanje v dijaškem domu veljajo enaki preventivni ukrepi za preprečevanje širjenja povzročitelja bolezni COVID-19 kot za šolske prostore.

SREDNJA ŠOLA ZA STROJNIŠTVO

11 MATERIALI NA SPLETNI STRANI NIJZ

V pomoč so vam lahko materiali na spletni strani NIJZ:

Za 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/>
- <https://www.tosemjaz.net/>
- <https://www.tosemjaz.net/clanki/epidemija-koronavirusa/>

Kako se širijo virusi (strip) https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/strip_kakose-sirijo-virusi.pdf

Spletna svetovalnica za mladostnike: <https://www.tosemjaz.net/>

<https://www.tosemjaz.net/clanki/epidemija-koronavirusa/>

Ostali materiali: <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-sars-cov-2-gradiva>

12 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 infektionshygienische 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 voreiner 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-andsecondary-schools/etablissements-scolaires-prescolaires-primaires-et-secondairesdans-le-contexte-de-la-covid-19/>

SREDNJA ŠOLA ZA STROJNIŠTVO

- 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>.
- European Commission. 2020. Joint European Roadmap towards lifting COVID-19 containment measures. Brussels, European Commission, pridobljeno s spletne strani v maju 2020:
[https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/communication -
_a_european_roadmap_to_lifting_coronavirus_containment_measures_0.pdf](https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/communication_-_a_european_roadmap_to_lifting_coronavirus_containment_measures_0.pdf)