



## HIGIENSKI UKREPI NA ZASAVSKI LJUDSKI UNIVERZI V ČASU EPIDEMIJE COVID-19 in OB SPROŠČANJU UKREPOV

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

### Splošni ukrepi, ki jih morajo upoštevati zaposleni, udeleženci, učitelji in obiskovalci:

- Svetujemo upoštevanje vseh splošnih ukrepov za zaščito pred okužbo z novim koronavirusom: navedenih na naslednji povezavi: <https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2019>.
- Redno in temeljito si umivamo roke z milom in vodo.
- V primeru, da voda in milo nista dostopna, si roke razkužimo z namenskim razkužilom za roke.
- Ob vstopu v prostore ZLU naj si razkužijo roke (npr. z razkužilom na osnovi 60 do 80 % alkohola)
- Ne dotikamo se obraza (oči, nosu in ust) z nečistimi/neumitimi rokami.
- Izogibamo se tesnih stikov z ljudmi, ki kažejo znake nalezljive bolezni. Upoštevajmo varno razdaljo 1,5 do 2 metra.
- Upoštevajmo pravilno higieno kašlja (preden zakašljamo/kihnemo, si pokrijemo usta in nos s papirnatim robčkom ali zakašljamo/kihnemo v zgornji del rokava).
- Papirnat robček po vsaki uporabi odvržemo med odpadke in si nato umijemo roke z milom ter vodo.
- Upoštevamo pravila socialnega distanciranja, kar pomeni, da se brez potrebe ne družimo z osebami izven skupnega gospodinjstva, pazimo na razdaljo 1,5 m.
- Zaposleni in udeleženci oz. obiskovalci ZLU morajo **biti zdravi, brez znakov okužbe** dihal (npr. nahod, kihanje, kašljanje, bolečine v žrelu, povišana telesna temperatura, motnje okušanja, vonja...). Če zbolimo, ostanemo doma in o tem obvestimo svojega izbranega zdravnika.
- Zaposleni in udeleženci/obiskovalci nosijo maske in so dobro seznanjeni s pravilnim načinom nošenja in snemanja mask. Masko mora segati od korena nosu do pod brado, med nošenjem se je ne dotikajo. Masko je treba zamenjati na dve do tri ure oziroma prej, če se zmoči. Pred in po uporabi maske si je treba temeljito umiti ali razkužiti roke.
- Čim manj naj se dotikajo različnih predmetov in površin, le toliko, kot je nujno potrebno.
- Starejši in bolniki s kroničnimi nenalezljivimi boleznimi z večjim tveganjem za težji potek bolezni morajo še posebej upoštevati preventivne ukrepe in se dodatno zaščititi. Dokler epidemija ne izzveni svetujemo, da te osebe razmislijo o nujnosti obiska ZLU.

### **Posebni ukrepi:**

- Na ZLU je zagotovljena možnost umivanja in razkuževanja rok za zaposlene in obiskovalce.
  - Ob izhodnih vratih naj bo nameščen koš za odpadne maske.
  - Ob aktivnostih (pred predavanji) zaposleni, ki vodi program OŠ, SŠ, VGC, CPK nadzira, da si udeleženci ob vstopu na ZLU oz. predavalnico razkužijo roke in nosijo maske.
  - Oblikujejo naj se manjše skupine udeležencev, saj je v primeru izbruha v eni učni skupini na tak način prizadeto manjše število oseb. Zato za oblikovanje učne skupine priporočamo do 15 udeležencev.
  - Ves čas naj se vzdržuje in nadzira primerna medosebna razdalja najmanj 1,5 do 2 metra.
  - Udeleženci bodo pred prihodom na ZLU po e-pošti ali na drug preverjen način, obveščeni o organizaciji aktivnosti, npr.:
- ✓ učilnici, v kateri bodo imeli predavanje ter o dejstvu, da bodo razpoložljivi sedeži označeni;
  - ✓ o pravilih ravnanja na ZLU v času epidemije COVID-19 (npr. glede lokacij/možnosti za razkuževanje rok, glede postopkov pred vstopom na ZLU, postopkov pred vstopom v učilnico, ne druženja oz. vzdrževanja distance pri tem, glede režima pri obiskovanju WC-ja, o navodilih za preprečevanje okužbe (<https://www.nijz.si/sl/preprečevanje-okuzbez-virusom-sars-cov-2019> in vsebino vseh infografik na to temo (umivanje rok, higiena kašlja...)).
- Udeleženci naj bodo hkrati seznanjeni, da je ob ponovnem zagonu predavanj 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 na zadostni razdalji.
  - Zaposleni naj si pogosto umivajo ali razkužujejo roke (npr. po uporabi telefona, računalnika...), obvezno tudi pred vsakim dotikanjem obrazcev, ki jih podajo udeležencem/strankam.
  - Pogosto naj čistijo ali razkužujejo površine, ki se jih ljudje pogosto dotikajo, npr. kljuge, držala, ročaji, pulti, stoli.
  - Za čiščenje in razkuževanje prostorov naj se smiselno uporabljajo 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>.
  - Prostore ZLU je potrebno stalno in učinkovito zračiti (vsaki dve uri, 10 min).
  - Zaposleni naj imajo nekaj mask na zalogi za primer, če pride udeleženec/obiskovalec brez maske.
  - Če oseba (zaposleni ali udeleženec) zboli z znaki akutne okužbe dihal (vročina nad 38°C, kašelj, težko dihanje) in se je v zadnjih 14-ih dneh zadrževala na območjih s povečanim tveganjem za okužbo z novim koronavirusom, se izprazni najbližji prostor (pisarna), kamor se osebo umakne. Vzdržuje se razdalja vsaj 1,5 metra stran od ostalih oseb. Kdor je osebo v opisanem stanju prepoznal, jo usmeri v prazen prostor in takoj obvesti poslovno sekretarko ali direktorico. Direktorica in poslovna sekretarka se po telefonu posvetujeta z zdravstveno službo.

### **TOALETNI PROSTORI**

- Toaletni prostori ostajajo v souporabi vseh zaposlenih in udeležencev. Pri uporabi toaletnih prostorov se je potrebno držati naslednjih navodil:
  - Vhod v skupni del toaletnih prostorov je odprt.
  - Za obisk toalete je obvezna uporaba maske. Pred vhodom v zaprti del toaletnega prostora, si je potrebno temeljito umiti roke.

- Ob izhodu iz zaprtega dela toaletnega prostora je potrebno umiti in razkužiti roke ter razkuži kljuko toaletnega prostora, ki ga je koristil (s pršilnikom poškropi papirnato brisačo in z mokrim delom obriše notranjo in zunanjo kljuko ter pusti, da se razkužilo samo posuši.
- Toaleti prostor lahko istočasno obišče samo ena oseba.

Trbovlje, 11. 5. 2020



Polona Trebušak,  
direktorica

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Polona Trebušak".