



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT

DIREKTORAT ZA PREDŠOLSKO VZGOJO IN OSNOVNO ŠOLSTVO

Masarykova cesta 16, 1000 Ljubljana

VRTEC ANTONA MEDVEDA KAMNIK		1
Prejeto: 25. 08. 2022	Sig. znak:	
Številka zadeve:	Priloge:	
DIREKTORAT ZA PREDŠOLSKO VZGOJO IN OSNOVNO ŠOLSTVO	Vred.:	

T: 01 400 52 00

F: 01 400 53 21

• JAVNIM IN ZASEBNIM VRTCEM

Številka: 6030-1/2022/15

Datum: 23. 8. 2022

Zadeva: Ravnanje v primerih pojavnosti širjenja virusa SARS-CoV-2 ob začetku šolskega leta

Spoštovane ravnateljice in ravnatelji,

smo pred začetkom tretjega šolskega leta, v katerem se bomo morali poleg vzgojno-izobraževalnega dela ukvarjati tudi z virusom SARS-CoV-2. Na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje je bila imenovana Posvetovalna skupina za spremljanje gibanja virusa SARS-CoV-2, ki je pripravila dokumenta, priložena tej okrožnici:

- Priporočila higienskih in organizacijskih ukrepov za preprečevanje širjenja SARS-CoV-2 v vzgoji in izobraževanju
- Navodila vzgojno-izobraževalnim zavodom ob sumu ali potrjenem primeru okužbe s SARS-CoV-2 v zavodu za šolsko leto 2022/23.

Dokumenta sta objavljena tudi na spletni strani NIJZ.

V podporo posvetovalni skupini je bila za obravnavo strokovnih vprašanj na področju vzgoje in izobraževanja, ki nastajajo zaradi obvladovanja virusa SARS-CoV-2, imenovana posebna delovna skupina za *Delovni paket DP8: Vzgoja in izobraževanje*. Veseli me, da so v delovno skupino poleg strokovnjakov s področja zdravstva vključeni tudi strokovnjaki, ki poznajo delovanje vzgojno-izobraževalnih zavodov in vedo, katere ukrepe je možno vključiti v pedagoško prakso in na kakšen način.

Ker je virus SARS CoV-2 med nami, je pomembno, da upoštevamo osnovne higienske ukrepe in priporočila za preprečevanje njegovega prenosa in širjenja ter ukrepe za samozaščitno vedenje. Vrsta in intenzivnost ukrepov se izvajata glede na epidemiološko situacijo.

Priporočila higienskih in organizacijskih ukrepov za preprečevanje širjenja SARS-CoV-2 navajajo, da so ukrepi za preprečevanje prenosa in širjenja SARS-CoV-2 glede na epidemiološko situacijo predvideni v dveh fazah:

- v fazi 1, ko prevladuje različica SARS-CoV-2, ki se hitro širi v vseh skupinah prebivalstva in pri večini obolelih ne povzroča težjega poteka, ki zahteva bolnišnično zdravljenje, je ključno izvajanje osnovnih higienskih ukrepov, prezračevanje, samotestiranje obolelih in izločitev iz kolektiva, samozaščitno vedenje, spodbujanje k pravilnemu izvajanju higienskih ukrepov, zlasti učenje pravilne higiene rok in higijene kašlja;
- v fazi 2, ko se epidemiološka situacija slabša in prevladuje različica SARS-CoV-2, ki se hitro širi in povzroča težje potekajoče oblike covid-19 v tako visokem deležu, da bi brez dodatnih

javno-zdravstvenih ukrepov nastopila preobremenitev zdravstvenega sistema, ob doslednem izvajanju osnovnih ukrepov izvajamo dodatne ukrepe: obdobjno samotestiranje oseb brez simptomov, intenziviranje čiščenja/razkuževanja ter vrsto drugih ukrepov, s katerimi izvajalci glede na možnosti povečujejo fizično razdaljo in zmanjšujejo število stikov med udeleženci.

Dodatne možne ukrepe iz Priporočil higienskih in organizacijskih ukrepov za preprečevanje širjenja SARS-CoV-2 v vzgoji in izobraževanju, ki prispevajo k zmanjšanju širjenja in prenosa virusa SARS-CoV-2, izvajajte v skladu z vašimi kadrovskimi, prostorskimi in finančnimi zmogljivostmi.

Navodila vzgojno-izobraževalnim zavodom ob sumu ali potrjenem primeru okužbe s SARS-CoV-2 v zavodu za šolsko leto 2022/23 se nanašajo na vse zavode na predšolski, osnovnošolski in srednješolski ravni, vključno z domovi za učence s posebnimi potrebami in dijaškimi domovi. Ta natančno opredeljujejo postopanje vodstva zavodov ob:

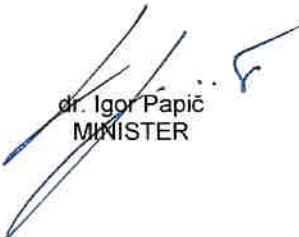
- **sumu okužbe** s SARS-CoV-2 in
- **potrjenem primeru okužbe** s SARS-CoV-2.

Zavod bo obvestil starše otrok, ki so bili v stiku z obolelim s potrjeno okužbo s SARS CoV-2. Kontakti obolelih bodo spremljali svoje zdravstveno stanje in v primeru pojava simptomov/znakov okužbe s SARS-CoV-2 ostali doma.

O morebitnih dodatnih prilagoditvah organizacije in izvedbe vzgojnega dela zaradi širjenja virusa SARS-CoV-2, ki bodo usklajeni v okviru delovne skupine, vas bomo sproti obveščali in skupaj z vami iskali ustrezne rešitve.

Želim vam uspešno novo šolsko leto in vas lepo pozdravljam.




dr. Igor Papič
MINISTER

Priloga:

- Priporočila higienskih in organizacijskih ukrepov za preprečevanje širjenja SARS-CoV-2 v vzgoji in izobraževanju
- Navodila vzgojno-izobraževalnim zavodom ob sumu ali potrjenem primeru okužbe s SARS-CoV-2 v zavodu za šolsko leto 2022/23.

**Navodila vzgojno-izobraževalnim zavodom
ob sumu ali potrjenem primeru okužbe s
SARS-CoV-2 v zavodu
Šolsko leto 2022/23**

Ljubljana, avgust 2022

Navodila vzgojno-izobraževalnim zavodom ob sumu ali potrjenem primeru okužbe s SARS-CoV-2 v zavodu

Šolsko leto 2022/23

Pripravili: NIJZ, Center za nalezljive bolezni

Verzija dokumenta: v.1

Verzija dokumenta	Datum pričetka veljavnosti	Posodobljena poglavja
v.1	1. 09. 2022	nov dokument

Kazalo

Kazalo	2
1 Namen	3
2 Osnovne informacije o bolezni covid-19 in ključni pojmi	3
3 Odzivanje ob sumu okužbe s SARS-CoV-2	5
4 Odzivanje ob potrjenem primeru okužbe s SARS-CoV-2	6
4.1 Vsebina sporočila za starše ob pojavu okužbe s SARS-CoV-2 v oddelku	7

1 Namen

Navodila se nanašajo na področje vzgoje in izobraževanja in vključuje vse zavode in institucije na predšolski, osnovnošolski in srednješolski ravni, vključno z domovi za učence in dijaškimi domovi. V nadaljevanju se uporablja kratica VIZ.

Navodila se nanašajo na vse dejavnosti, ki jih organizira VIZ.

Pri vključevanju dijakov v delovne procese, se upoštevajo zahteve v institucijah oz. podjetjih, kamor se vključujejo (npr.: praktično izobraževanje pri delodajalcu).

Navodila ob sumu ali potrjenem primeru okužbe s SARS-CoV-2 v VIZ so namenjena vodstvom VIZ v Republiki Sloveniji v šolskem letu 2022/23 v času širjenja okužb koronavirusa SARS-CoV-2.

V navodilih je natančno opredeljeno postopanje vodstva VIZ ob:

- **sumu okužbe** s SARS-CoV-2 in
- **potrjenem primeru okužbe** s SARS-CoV-2.

Na tem mestu se želimo zahvaliti zaposlenim v VIZ za vso skrb in delo, ki ga opravljate z namenom preprečevanja širjenja okužbe s SARS-CoV-2. Prejeli smo številne pozitivne odzive na sodelovanje med epidemiološko službo NIJZ in VIZ. Želimo si tvornega sodelovanja tudi v nadaljnjem preprečevanju širjenja okužbe s SARS-CoV-2.

Učencem, dijakom, staršem in vodstvom VIZ smo za vprašanja v zvezi s covid-19 na NIJZ dostopni na: korona@nijz.si.

Nalezljiva bolezen covid-19 je vključena tudi v dokument *Vključitev v vrtec/ šolo po preboleli nalezljivi bolezni ali okužbi – smernice*, ki je dostopen na naslednji povezavi: <https://www.nijz.si/sl/vkljucitev-otroka-v-vrtec-solo-po-preboleli-nalezljivi-bolezni-ali-okuzbi-smernice>.

2 Osnovne informacije o bolezni covid-19 in ključni pojmi

Koronavirusi so družina virusov, katera večinsko povzroča bolezni dihal. Novi koronavirus so poimenovali SARS- CoV-2; bolezen, ki jo povzroči, se imenuje covid-19.

Simptomi oz. znaki bolezni covid-19

Pri covid-19 ni nobenih specifičnih bolezenskih simptomov in znakov, po katerih bi ga lahko zanesljivo razlikovali od ostalih virusnih okužb dihal, kot sta npr. gripa in prehlad.

Bolezen lahko poteka na različne načine. Pri 80 % okuženih ima blag potek (pri različici omikron je ta delež še večji). Lahko se pojavijo vročina, kašelj, bolečine v žrelu, nahod, slabo počutje, utrujenost, glavobol,

bolečine v mišicah in sklepih, izguba vonja in okusa ter prebavne težave. Okužba lahko poteka tudi brez simptomov. Pri ostalih zbolelih bolezen poteka težje, okoli 2 do 5 % bolnikov (pri omikronu okrog 2 %).

Potek bolezni

- Poznavanje in razumevanje poteka bolezni covid-19 nam lahko pomaga zmanjšati njeno širjenje. Pri tem sta
- ključni naslednji časovni obdobji:
- **Inkubacijska doba** | čas od okužbe do pojava prvih simptomov oz. znakov bolezni. Inkubacijska doba za covid-19 je lahko med 2 in 14 dni. Podatki o okužbi s SARS-CoV-2 B.1.1.529 (omikron) kažejo, da je povprečna inkubacijska doba za to različico virusa krajša in traja 2-4 dni .
- **Obdobje kužnosti** | čas, ko oseba s covid-19 lahko okuži drugo osebo. Obdobje kužnosti traja od 2 dni pred pojavom simptomov oz. znakov do 10 dni ali več po pojavu simptomov oz. znakov bolezni. Če je potek bolezni hujši, zahteva hospitalizacijo in v primeru imunske motnje pri bolniku, lahko traja dlje. V primeru asimptomatske okužbe se kot obdobje kužnosti upošteva od 2 dni pred datumom odvzema vzorca pozitivnega testa, s katerim je bila pri osebi potrjena okužba z virusom SARS-CoV-2 (če je bil najprej odvzet bris za HAGT, ki je bil pozitiven, se upošteva datum odvzema tega vzorca) in traja 10 dni.

Asimptomatska okužba

Asimptomatska okužba je okužba, pri kateri okužena oseba ne razvije simptomov oz. znakov, značilnih za bolezen covid-19. Tudi osebe z asimptomatsko okužbo lahko prenesejo bolezen na druge ljudi.

Pot prenosa bolezni covid-19

Virus SARS-CoV-2 se med ljudmi prenaša s kužnimi kapljicami, ki nastanejo ob kašljanju, kihanju, govorjenju, petju ali pospešenem dihanju okužene osebe. Z virusom SARS-CoV-2 se lahko okužimo tudi ob stiku z onesnaženimi površinami, npr. če se onesnaženih površin dotaknemo s prsti, lahko virus zanesemo na sluznice nosu, ust in oči ter se tako okužimo.

Najpogosteje se okužba širi med ljudmi, ki so med seboj v tesnem stiku (razdalja do okužene osebe manj kot 2 m). Virus se lahko prenaša tudi aerogeno, kar predstavlja tveganje za prenos v zaprtih in neustrezno prezračevanih prostorih. Večje tveganje predstavljajo prostori, v katerih se nahaja večje število ljudi in kjer okužene osebe preživijo dlje časa z drugimi ljudmi, npr. v nočnih klubih, restavracijah, v vzgojno-izobraževalnih zavodih, na zborovskih vajah, v fitness centrih, pisarnah, krajih bogoslužja, prireditvah (športne, kulturne, itd.).

Izolacija ali osamitev

Navodila za osebe v domači izolaciji so dostopna na <https://www.nijz.si/sl/izolacija>.

Stik z osebo, okuženo s SARS-CoV-2

Navodila za osebe, ki so imele stik z osebo, okuženo s SARS-CoV-2 so dostopna na <https://www.nijz.si/sl/izolacija>.

Cepljenje proti covid-19

Spoštovanje osnovnih preventivnih ukrepov za preprečevanje širjenja bolezni covid-19 (učinkovito prezračevanje prostorov, higiena rok, higiena kašlja in kihanja, upoštevanje medosebne razdalje) je potrebno izvajati kljub cepljenju proti covid-19 ali preboleli bolezni.

Vse informacije o cepljenju proti covid-19 v Sloveniji so dostopne na <https://www.cepimose.si>. Odgovori na najpogostejša vprašanja glede cepljenja proti covid-19 so dostopna na: <https://www.cepimose.si/cepljenje-proti-covidu-19/pogosta-vprasanja-in-odgovori/>.

Samotestiranje učencev in dijakov

V šolskem letu 2022/23 se samotestiranje učencev in dijakov izvaja v domačem okolju ob pojavu simptomov značilnih za covid-19 oz. po stiku z okuženo osebo. Ob poslabšanju epidemiološke situacije se samotestiranje predlaga za vse učence in dijake enkrat tedensko. Če razvijejo simptome značilne za covid-19, o tem obvestijo pediatra oz. izbranega osebnega zdravnika.

Če je **rezultat samotestiranja negativen** ni nadaljnjih ukrepov v VIZ. V primeru, da imajo učenci in dijaki simptome, o nadaljnji diagnostiki odloča pediater oz. izbrani osebni zdravnik. Le-ti se vrnejo v VIZ, ko so brez simptomov oz. po navodilih pediatra oz. izbranega osebnega zdravnika.

Če je **rezultat samotestiranja pri učencih in dijakih, pozitiven**, je potrebno ukrepanje po naslednjih korakih:

- skladno s poglavjem *Sum okužbe pri otroku/učencu/dijaku v teh navodilih*;
- učenec/dijak/starš ali skrbnik o pozitivnem rezultatu samotestiranja obvesti pediatra oz. izbranega osebnega zdravnika, ki učenca/dijaka napoti na potrditveni test. V primeru, da je pediater oz. izbrani osebni zdravnik odsoten, pokliče na vstopno točko, kjer izvajajo testiranje in jih prosi za termin potrditvenega testiranja;
- učenec/dijak do rezultatov potrditvenega testa ostane doma;
- če je **rezultat potrditvenega testa negativen**, ni nadaljnjih ukrepov. Učenec/dijak se vrne v VIZ, ko je brez simptomov oz. po navodilih pediatra oz. izbranega osebnega zdravnika;
- če je **rezultat potrditvenega testa pozitiven**, o tem obvesti pediatra oz. izbranega osebnega zdravnika, ki mu odredi izolacijo. Prosimo starše, da o pozitivnem izvidu obvestijo VIZ.

Ukrepanje v VIZ se prične po pozitivnem rezultatu potrditvenega testa. Ukrepa se skladno s poglavjem 4. Odzivanje na potrjen primer okužbe s SARS-CoV-2.

Dodatne informacije o samotestiranju so dostopne na: <https://www.nijz.si/samotestiranje>.

3 Odzivanje ob sumu okužbe s SARS-CoV-2

Sum okužbe pri otroku, učencu, dijaku

- Če zbolijo z vročino in drugimi simptomi oz. znaki akutne okužbe dihal naj ostanejo doma. Priporočeno je, da se na domu samotestira. Starši se posvetujejo z izbranim osebnim zdravnikom. O nadaljnjih diagnostičnih postopkih, zdravljenju in vrnitvi v VIZ odloča pediater oz. izbrani osebni zdravnik.

- V kolikor je pri teh osebah potrjena okužba (potrditveni HAGT/PCR test) s Covid-19, se priporoča, da se o tem obvesti VIZ. VIZ ukrepa skladno s poglavjem *Odzivanje ob potrjenem primeru okužbe s SARS-CoV-2*.
- Če zbolijo z vročino in drugimi simptomi oz. znaki bolezni covid-19 v VIZ, VIZ obvesti starše. Zboleli je do prihoda staršev v izolaciji. Oseba, ki je bila v stiku z zbolelim, naj upošteva vse preventivne ukrepe (maske, medosebna razdalja, higiena rok itd.).
- Zboleli naj uporablja samo določene sanitarije in umivalnik, ki naj ga v tem času ne uporablja nihče drug.
- Starši zbolelega se posvetujejo z izbranim osebnim zdravnikom.
- Če zdravnik napoti zbolelega na testiranje in je izvid testa negativen, ukrepi VIZ niso potrebni.
- Če zdravnik napoti zbolelega na testiranje in je izvid testa pozitiven, ta dobi navodila za zdravljenje in izolacijo od izbranega zdravnika. Prosimo starše, da o pozitivnem izvidu obvestijo VIZ skladno z dogovorjenim postopkom obveščanja. Vodstvo VIZ postopa skladno s poglavjem 4 Odzivanje na potrjen primer okužbe s SARS-CoV-2. (<https://www.nijz.si/vzgojainizobrazevanje>).
- Prostore VIZ, kjer se je gibal zboleli s covid-19, je potrebno temeljito prezračiti ter očistiti in razkužiti predvsem površine, ki se jih je oseba dotikala (pipe, vrvica v WC-ju, kljuke vrat itd.).

Sum na okužbo pri zaposlenem in drugi osebi, ki opravlja delo v VIZ (v nadaljnjem besedilu: zaposleni)

Navodila se smiselno uporabljajo tudi za zaposlene, v primeru suma na okužbo pri teh osebah.

4 Odzivanje ob potrjenem primeru okužbe s SARS-CoV-2

POTREBNOST UKREPANJA

Ali je otrok/učenec/dijak s potrjeno okužbo obiskoval VIZ v obdobju kužnosti: 2 dni pred pojavom simptomov (datum odvzema vzorca pri asimptomatskih) do 10 dni po pojavu simptomov?

Ne | Ni nadaljnjega postopanja v VIZ.

Da | Sledite nadaljnjim korakom.

PREPOZNAVA KONTAKTOV

Prepoznavanje kontaktov potrjenega primera v obdobju kužnosti.

Kontakte predstavljajo otroci/učenci/dijaki/zaposleni pri vseh dejavnostih vzgoje in izobraževanja, ki jih izvaja in organizira VIZ ter organiziranim šolskem prevozu.

OBVESTILO STARŠEM

Vodstvo VIZ obvesti starše prepoznanih kontaktov iz prejšnjega koraka, da se je v oddelku oz. skupini v VIZ, pri dejavnostih, ki jih organizira VIZ in pri organiziranih šolskih prevozi, pojavila okužba s SARS-CoV-2. Vodstvo VIZ starše pisno obvesti (vzorec je v poglavju 4.1 *Vsebina sporočila za starše ob pojavu okužbe s SARS-CoV-2 v oddelku*).

4.1 Vsebina sporočila za starše ob pojavu okužbe s SARS-CoV-2 v oddelku

(Navodilo za vodstvo VIZ: rumeni del besedila vam je pomoč pri pripravi dopisa, nato ga iz dopisa odstranite.)

Spoštovani starši in zaposleni,

obveščeni smo bili, da je bil v oddelku/skupini vašega otroka potrjen primer okužbe s SARS-CoV-2. Okužena oseba je imela zadnje stike v oddelku/skupini dne _____ (navedete datum zadnjega dne vključenosti okužene osebe v VIZ). Zato vas v nadaljevanju seznanjamo z navodili Nacionalnega inštituta za javno zdravje.

Pomembno je, da v obdobju 7 dni od zadnjega tesnega stika z osebo s covid-19 pozorno spremljate otrokovo zdravstveno stanje. Če se v tem času pojavijo simptomi ali znaki bolezni covid-19 (slabo počutje, prehladni znaki, kašelj, vročina, težko dihanje, glavobol, bolečine v mišicah, izguba vonja ali okusa, bolečine v žrelu ...), **ostanite doma in pokličite izbranega osebnega ali dežurnega zdravnika**, kjer boste prejeli nadaljnja navodila. Izbrani osebni zdravnik bo ocenil, ali je potrebna napotitev na vstopno točko zdravstvenega doma za odvzem brisa.

Priporočamo izvedbo samotestiranja v domačem okolju. V primeru pozitivnega rezultata samotestiranja obvestite izbranega osebnega zdravnika, ki otroka napoti na potrditveni test. V primeru, da je izbrani osebni zdravnik odsoten, pokličite na vstopno točko, kjer izvajajo testiranje in jih prosite za termin potrditvenega testiranja. Otrok do rezultatov potrditvenega testa ostane doma. Če je rezultat potrditvenega testa negativen in je otrok brez simptomov ali znakov značilnih za covid-19, lahko obiskuje VIZ. V primeru, da ima otrok simptome, se o vrnitvi v VIZ posvetujte s pediatrom oz. izbranim osebnim zdravnikom. Če je rezultat potrditvenega testa pozitiven, o tem obvestite izbranega osebnega zdravnika, ki otroku odredi izolacijo. Prosimo, da nas o potrjeni okužbi otroka obvestite v obdobju 12 ur od potrditve.

Ključne informacije o koronavirusu SARS-CoV-2 so dostopne na naslednji povezavi: <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov>.

Z lepimi pozdravi,
ime in priimek ravnatelja

**PRIPOROČILA HIGIENSKIH IN
ORGANIZACIJSKIH UKREPOV ZA
PREPREČEVANJE ŠIRJENJA SARS-CoV-2 V
VZGOJI IN IZOBRAŽEVANJU**

Ljubljana, avgust 2022

Kadar je virus SARS CoV-2 med nami, je pomembno, da upoštevamo osnovne higienske ukrepe in priporočila za preprečevanje njegovega prenosa in širjenja ter ukrepe za samozaščitno vedenje. Vrsta in intenzivnost ukrepov se izvajata glede na epidemiološko situacijo.

Priporočila se nanašajo na vsa področja vzgoje in izobraževanja, ki vključuje vse zavode in institucije na predšolski, osnovnošolski, srednješolski, višješolski in visokošolski ravni, vključno z izobraževanjem odraslih, domovi za učence, dijaškimi in študentskimi domovi (v nadaljevanju: zavod).

Priporočila se nanašajo na vzgojno izobraževalne in druge dejavnosti, ki jih izvajajo in organizirajo zavodi in institucije.

Pri vključevanju dijakov in študentov v delovne procese se upoštevajo zahteve v institucijah oz. podjetjih, kamor se ti vključujejo (npr.: izvajanje vaj v zdravstvenih zavodih, praktično izobraževanje pri delodajalcu).

I. UKREPI, KI JIH IZVAJAMO V FAZI 1

Gre za epidemiološko situacijo, ko prevladuje različica SARS-CoV-2, ki se hitro širi v vseh skupinah prebivalstva in pri večini obolelih ne povzroča težjega poteka, ki zahteva bolnišnično zdravljenje. Namen ukrepov je zaščititi prebivalstvo in preprečiti porast hudih (težje) potekajočih oblik bolezni. Priporočajo se ukrepi, ki so usmerjeni v zamejevanje širjenja SARS-CoV-2, vendar ne posegajo pomembno v vsakdanje življenje večine (osnovni higienski ukrepi, prezračevanje, izolacija obolelih, cepljenje proti covid-19, s poudarkom na cepljenju ranljivih skupin, uporaba zaščitnih mask v okoljih, kjer je tesno skupaj veliko ljudi – posebej priporočljivo za ranljive skupine prebivalstva).

OSNOVNI UKREPI ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA SARS-CoV-2

1. Zagotavljanje higiensko tehničnih pogojev za preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni

- Vsi prostori naj bodo med obratovanjem ves čas ustrezno prezračeni. Ob tem upoštevamo strokovno mnenje glede prezračevanja, dostopno na: https://nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/strokovno_mnenje_glede_prezracevanja_za_namen_preprecevanja.pdf
- Vsem udeležencem in zaposlenim in drugim, ki opravljajo delo v zavodu, naj bo ves čas omogočeno izvajanje osnovnih higienskih ukrepov: tekoča voda, pravilno opremljeni umivalniki, nameščeni dozirniki za milo, brisače za enkratno uporabo, zadostna količina košev za zbiranje odpadkov, itd. Če umivanje rok ni mogoče, je treba zagotoviti razkužila za roke, ki vsebujejo najmanj 60 % alkohola in imajo dokazano učinkovitost zoper SARS-CoV-2. Seznam odobrenih razkužil za osebno higieno je na voljo v registru biocidnih proizvodov kot vrsta BP »1« na povezavi <https://podatki.gov.si/dataset/register-biocidnih-proizvodov-na-trgu-rs>. Razkužila za roke je treba hraniti izven dosega in pogleda mlajših otrok. Opozorjamo, da je za otroke v vrtcih in učence prve triade ključno umivanje rok, roke si razkužujejo le izjemoma, kadar ni možnosti umivanja, in pri predšolskih otrocih izključno pod nadzorom odrasle osebe.
- Na vidna mesta naj bodo nameščene infografike o pravilni higieni kašlja in umivanju rok.
- Zagotovljeno naj bo redno čiščenje vseh prostorov in površin.

- Določimo prostor, kamor se lahko umakne oseba, ki nenadno zboli. Prostore, kjer se je gibala ta oseba, je treba temeljito prezračiti ter očistiti in razkužiti predvsem površine, ki se jih je dotikala (mize, kljuke vrat itd.). <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeval>

2. Samotestiranje

Samotestiranje v **domačem okolju** se priporoča za osebe s simptomi, značilnimi za okužbo z virusom SARS-CoV-2, in za vse, ki so bili v stiku z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba s SARS-CoV-2. Samotestiranje se predvideva za učence, dijake, študente in udeležence izobraževanja odraslih. Ob pojavu simptomov covid-19 pri otrocih v vrtcu naj se njihovi starši/skrbniki posvetujejo s pediatrom oziroma z izbranim osebnim zdravnikom.

Več na:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/strokovno_mnenje_dp1_p8_samotest_9.8.2022.pdf

3. Samozaščitno vedenje

Namen samozaščitnega vedenja je varovanje sebe in drugih pred okužbo. Varno in odgovorno ravnanje je še posebej pomembno, če spadamo/jo v ranljivo skupino ali smo v stiku z ranljivo skupino (osebe, ki imajo večje tveganje za težek potek bolezni covid-19: starejše osebe, osebe z več kroničnimi boleznimi, onkološki bolniki na imuno- ali kemoterapiji, osebe z znano imunsko pomanjkljivostjo, krhke osebe...).

Samozaščitno vedenje obsega:

- Če zbolimo, ostanemo doma in se samotestiramo. V zavod ne vstopamo z naslednjimi simptomi in znaki: povišana telesna temperatura, zamašen nos/nahod, kihanje, kašljanje, bolečine v žrelu, težko dihanje, glavobol, bolečine v mišicah, driska, slabost/bruhanje, sprememba zaznavanja vonja in/ali okusa, neobičajna utrujenost, vnetje očesnih veznic tako v blagi kot v težji obliki;
- skrbimo za redno in pravilno umivanje rok. Če voda in milo nista dostopna, si roke razkužimo z namenskim razkužilom za roke. Predšolski otroci in učenci prve triade naj si roke umivajo, razkužujejo pa le izjemoma, kadar res ni možnosti umivanja, in pri predšolskih otrocih izključno pod nadzorom odrasle osebe;
- ne dotikamo se obraza (oči, nosu in ust) z nečistimi/neumitimi rokami;
- upoštevamo pravilno higieno kašlja (preden zakašljamo/kihnemo, si pokrijemo usta in nos s papirnatim robčkom ali zakašljamo/kihnemo v zgornji del rokava). Papirnati robček po vsaki uporabi odvržemo med odpadke in si nato umijemo roke z milom;
- izogibamo se tesnim stikom z osebami, ki kažejo znake akutne okužbe dihal;
- če sodimo v ranljivo skupino, se ravnamo po nasvetu pediatra ali izbranega osebnega zdravnika, tudi glede priporočila zaščite z masko;
- osebe, ki se odločijo/potrebujejo zaščito z masko, je treba pri tem podpreti. V notranje prostore vstopajo tudi osebe z večjim tveganjem za težek potek bolezni COVID-19, osebe, ki imajo gospodinjske ali družabne stike z nekom, pri katerem obstaja tveganje za težji potek bolezni COVID-19 (npr.: študent z bratom ali sestro, ki je ogrožen). V primeru uporabe zaščitne maske mora biti ta nameščena pravilno in naj sega od korena nosu do pod brado, med nošenjem naj se je oseba ne dotika. Zamenja naj se jo na dve do tri ure, oziroma prej, če se zmoči. Pred

namestitvijo maske in po njeni uporabi naj si oseba umije ali razkuži roke.

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

- https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/strokovno_mnenje_dp2_dp4_dp7_maske_21.7.2022.pdf
- zaščitimo se s cepljenjem.

4. Spodbujanje k izvajanju ukrepov

Priporočamo, da se vse spodbuja k pravilnemu izvajanju ukrepov. Spodbujajmo učenje pravilne higiene rok in higiene kašlja.

Umivanje rok lahko prepreči širjenje nalezljivih bolezni. Udeležence je treba učiti in jih spodbujati k pravilnemu umivanju rok, da zmanjšamo tveganje za širjenje virusov, vključno z virusom, ki povzroča COVID-19. Pri učencih prve triade je treba to vedenje krepiti oz. spremljati, zlasti v ključnih obdobjih dneva (na primer pred in po jedi, po uporabi stranišča in po odmoru); oz. v povezavi z določenimi okoliščinami: npr. po brisanju nosu, kašljanju, kihanju.

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

Priporočamo, da to vlogo za študente prevzamejo študentske organizacije.

II. DODATNI UKREPI ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA SARS-CoV-2, KI JIH IZVAJAMO V FAZI 2

V primeru slabše epidemiološke situacije ob doslednem izvajanju osnovnih ukrepov posegamo še po dodatnih ukrepih za preprečevanje širjenja SARS-CoV-2. Gre za epidemiološko situacijo s prevladovanjem različice SARS-CoV-2, ki se hitro širi in povzroča težje potekajoče oblike covid-19 v tako visokem deležu, da bi brez dodatnih javno-zdravstvenih ukrepov nastopila preobremenitev zdravstvenega sistema na vseh ravneh. Cilj javno-zdravstvenih ukrepov je znižanje števila obolelih, težko potekajočih okužb in umrljivosti ter zmanjšanje neugodnega učinka na zdravstveni sistem in zagotavljanje vzdržnosti zdravstva.

1. Samotestiranje

Samotestiranje v domačem okolju se razširi na vse učence, dijake, študente in udeležence izobraževanja odraslih, tudi na tiste, ki so asimptomatski; izvaja naj se nujno in obdobjno (vsaj enkrat tedensko). Več na:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/strokovno_mnenje_dp1_dp8_samotest_9.8.2022.pdf

2. Intenziviranje čiščenja/razkuževanja prostorov oz. površin

Več: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeval>

3. Dodatni možni ukrepi, ki prispevajo k zmanjševanju širjenja in prenosa virusa SARS-CoV-2

- Izvajanje sestankov (med zaposlenimi, s starši, s študenti) na daljavo.
- Nabor možnih ukrepov, s katerimi povečujemo fizično razdaljo oz. zmanjšujemo število stikov med osebami, v skladu s prostorskimi, finančnimi možnostmi in možnostjo prilagoditve procesa vzgoje in izobraževanja, kot npr.:
 - **izvajanje čim več aktivnosti na prostem,**
 - zagotavljanje večje fizične razdalje v učilnici/ predavalnici (npr. ločevanje miz),
 - zmanjšanje velikosti oddelkov,
 - prilagodljivi časi prihodov, pa tudi časi obrokov in odmorov,
 - povečanje/ločitev števila vhodov, izhodov v objekt.

4. Predlogi aktivnosti v viz, da se bodo med šolskim in študijskim letom lažje uvedli oz. izvajali ukrepi za preprečevanje širjenja SARS-CoV-2

- Ureditev prezračevanja.
- Ureditev pogojev za redno umivanje rok.
- Namestitev infografik o pravilni higieni kašlja in umivanja rok.
- Umestitev izobraževanja o načinu prenosa nalezljivih boleznih, higieni rok in higieni kašlja v vzgojno izobraževalne vsebine.
- Načrtovanje čim več aktivnosti na prostem.
- Določitev prostora, kamor se lahko umakne nenadno obolelega.
- Načrtovanje zasedenosti učilnic ali predavalnic, tako da se zagotovi čim večja razdalja med udeleženci.

Viri:

1. CDC: Operational Guidance for K-12 Schools and Early Care and Education Programs to Support Safe In-Person Learning, zadnjič posodobljeno 11.8.2022; dostopno na <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/k-12-childcare-guidance.html>
2. ECDC: Questions and answers on COVID-19: Children aged 1 – 18 years and the role of school settings, zadnjič posodobljeno 26.4.2022, dostopno na <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19/questions-answers/questions-answers-school-transmission>.
3. Fafangel M, Vuzem S, Galičič A, Žohar Čretnik T. Epidemiološka in mikrobiološka strokovna izhodišča glede ponavljajočega prostovoljnega samo-testiranja prebivalstva z neinvazivnimi metodami hitrega testiranja na domu. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2021
4. GALIČIČ, An, HUDOPIŠK, Neda, KRALJ, Marcel, ŽAGAR, Janina, VRDELJA, Mitja, FAFANGEL, Mario. Prostovoljno samotestiranje na covid-19 na domu za učence osnovnih šol in dijake srednjih šol v Sloveniji v šolskem letu 2020/21 : poročilo. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2021. 18 str. [COBISS.SI-ID 72211459]

Pripravili: NIJZ, Center za zdravstveno ekologijo

