

## UPUTE KORISNICIMA CENTRA ZA IZOBRAZBU

### i sigurnosne preporuke za sprječavanje širenja virusa SARS-CoV-2



U specifičnim okolnostima pojave bolesti COVID-19 uzrokovane virusom SARS-CoV-2 u provedbi izobrazbi Centar se vodi javnozdravstvenim smjernicama Nacionalnog stožera civilne zaštite i Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, a posebno:

- Preporukama za preddiplomsku, diplomsku i poslijediplomsku nastavu na visokim učilištima (sveučilišta, veleučilišta i visoke škole) s obzirom na epidemiju COVID-19, poveznica: [https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Preporuke\\_COVID\\_19\\_sveucilista\\_20\\_05-1.pdf](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Preporuke_COVID_19_sveucilista_20_05-1.pdf)
- Općim preporukama za trening tijekom epidemije COVID-19, poveznica: <https://www.hks-cbf.hr/slike/2020/07/opce-preporuke-trening-HOO.pdf>
- Preporukama za rad hotela i iznajmljivača tijekom epidemije COVID-19, poveznica: [https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Hoteli\\_i\\_smjestajne\\_jedinice\\_.pdf](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Hoteli_i_smjestajne_jedinice_.pdf)

Redovito se prate sve izmjene mjera i preporuka na mrežnim stranicama Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo (<https://www.hzjz.hr/>) te sukladno donesenim odrednicama, ažuriraju se postojeće.

#### Opće preporuke polaznicima izobrazbi:

- **Socijalno distanciranje** - prilikom ulaska i izlaska iz Centra za izobrazbu, kretanja Centrom te boravka u bilo kojoj prostoriji ili apartmanu Centra neophodno je držati razmak najmanje 1,5 metra od drugih osoba.
- **Maska za lice** - preporučuje se nošenje maske za lice u prostorima gdje boravi više ljudi.
- **Higijena** - nužno je održavati pojačanu osobnu higijenu, kao i higijenu prostora uz korištenje sredstava za pranje i dezinfekciju. Potrebno je češće provjetravati zatvorene prostore te očistiti i dezinficirati površine koje se učestalo dodiruju rukama.
- **Dezinficijensi** - na ulazu i na još nekoliko vidljivih mjesta, postavljeni su dozatori sa sredstvima za dezinfekciju koje je što učestalije potrebno nanijeti na suhe i čiste dlanove u količini navedenim na uputama proizvođača.
- **Učestalost čišćenja smještajnih jedinica** – realizirat će se sukladno postojećim standardima za održavanje higijene prostora i odredbama Kućnog reda.
- **Dnevno mjerenje temperature i praćenje pojave simptoma.** Svakodnevno se svim osobama kod dolaska i odlaska iz Centra beskontaktnim toplomjerom mjeri tjelesna temperatura te se utvrđuje imaju li respiratornih simptoma ili znakova bolesti. Kod osobe s povišenom temperaturom (37,2°C i veća ovisno o specifikaciji beskontaktnog toplomjera) mjeri se temperatura i standardnim toplomjerom te se povišena temperatura utvrđuje na temelju

rezultata mjerenja pod pazuhom. Evidencija o vrijednostima izmjerene tjelesne temperature i eventualnom postojanju respiratornih simptoma i znakova drugih bolesti upisuje se u posebnu evidencijsku knjigu. U slučaju povišene tjelesne temperature zaposlenici i polaznici edukacija Centra za izobrazbu dužni su o istom telefonski obavijestiti upraviteljicu Centra ili nadležnog predavača.

### **Organizacija nastave i boravak u učionici:**

- ✓ svaka skupina boravi u jednoj odgovarajućoj prostoriji,
- ✓ stolovi / mjesta za rad razmiču se tako da polaznici sjede / provode vježbu ili sl. na međusobnoj udaljenosti od 1,5 metra, i to svaki polaznik uvijek na istom mjestu,
- ✓ ako polaznici mijenjaju stol/mjesto za rad, ono se između dva polaznika mora prebrisati dezinficijensima, a svaki polaznik mora oprati ruke dezinficijensom prije pristupa stolu / mjestu za rad.

### **Preporučene značajke prostorije u kojoj boravi jedna skupina polaznika:**

- ✓ prostorije što veće površine i visine, prozračna, osunčana (odgovarajući izvor dnevnog svjetla),
- ✓ prostorija vratima odvojena od prostorija u kojima borave druge skupine,
- ✓ prostorija se može dobro provjetriti vanjskim zrakom,
- ✓ izbjegava se ulazak drugih osoba (primjerice zbog čišćenja, popravaka ili donošenja hrane) u prostoriju sve dok polaznici borave u prostoriji,
- ✓ u svim zajedničkim prostorijama, koje nisu nužne za osnovne djelatnosti poput učionica, knjižnica, sportskih igrališta itd., preporuča se ograničiti pristup na način da razmak između svih prisutnih u svim smjerovima iznosi najmanje 1,5 metara odnosno sukladno preporukama za navedene prostore.

### **Preporuke za izvođenje sportskog treninga:**

- **Izvođenje treninga.** Preporučuje se na otvorenom prostoru ili u zatvorenom prostoru s odgovarajućom distancom te se takva vrsta treninga organizira samo ako je nužna za nastavni proces.
- **Dezinficijens.** Na ulazu u dvoranu neophodno je postaviti dozatore s dezinficijensom za dezinficiranje ruku:

### **Smještajne jedinice**

- **Frekvencija čišćenja smještajnih jedinica.** Čišćenje, zamjena posteljine i ručnika obavlja se sukladno postojećim standardima i odredbama Kućnog reda, uz informiranje korisnika da se režim čišćenja i zamjene posteljine i ručnika može i drugačije urediti, prema potrebi,
- **Posteljina i ručnici.** Korištena posteljina i ručnici moraju se čuvati u zatvorenom spremniku odvojenom od čiste posteljine; prljava i čista posteljina uvijek se moraju odvajati.

- **Informiranje korisnika.** Osigurati da su informacije/upute o novim procedurama za čišćenje soba i zamjena posteljine jasno vidljive i dostupne korisnicima.
- Na vidljivim mjestima postaviti će se **obavijesti i informacije** o higijenskim postupcima ili će se postaviti informacije sa smjernicama o pravilnom ponašanju i mjerama zaštite u prostoru gdje borave korisnici, ili te informacije dati prilikom prijave ili staviti informativni letak u smještajnu jedinicu.
- Potrebno je poštivati **maksimalan broj osoba** u prostorima sukladno definiranim kriterijima fizičke udaljenosti od 1,5 metra u odnosu na druge osobe.
- Pridržavanje svih općih i higijenskih mjera.

### Pojačana higijena prostora

- **Provjetravanje.** Prostorije se provjetravaju najmanje dva puta dnevno minimalno pola sata prije dolaska i nakon odlaska polaznika, ili se ostavlja otvoren prozor ako to vremenske prilike dopuštaju.
- **Dodirne površine** kao što su kvake na vratima, ručke na prozorima, radne površine, tipkovnice, konzole, slavine u toaletima i kuhinjama, tipke vodokotlića, daljinski upravljači, prekidači za struju, zvona na vratima, tipke dizala te druge površine koje dodiruje veći broj ljudi neophodno je dezinficirati na početku i na kraju svake smjene, a najmanje dva puta dnevno. Izbjegavajte korištenje klimatizacijskih i ventilacijskih uređaja osim ako nije nužno zbog vremenskih i drugih prilika.
- **Čišćenje** se provodi u vrijeme kada su polaznici odsutni. Polaznici kod odlaska iz učionice i drugih zajedničkih prostora Centra odnose sve svoje stvari sa sobom ili ih bacaju u koš prekriven poklopcem.

### Pojačana osobna higijena

- ✓ izbjegavati dodirivanje usta, nosa, očiju i lica,
- ✓ redovito i pravilno prati ruke, za pranje ruku treba koristiti tekuću vodu i sapun,
- ✓ kod pranja ruku pridržavajte se uputa za pravilno pranje ruku: [https://www.hziz.hr/wpcontent/uploads/2020./03/Pranje\\_ruku\\_.pdf](https://www.hziz.hr/wpcontent/uploads/2020./03/Pranje_ruku_.pdf).
- ✓ nakon pranja ruku sapunom i vodom, za sušenje ruku neophodno je koristiti papirnate ručnike za jednokratnu upotrebu koje nakon korištenja treba baciti u koš za otpad s poklopcem,
- ✓ kod kašljanja i kihanja prekrivaju se usta i nos laktom ili papirnatom maramicom koju poslije treba baciti u koš za otpad s poklopcem te oprati ruke,
- ✓ pri kašljanju i kihanju treba okrenuti lice od drugih osoba,
- ✓ izbjegavati dijeljenje čaša, šalica, posuđa i pribora za jelo s drugim osobama,